



Universidad Nacional de Mar Del Plata  
Facultad de Humanidades  
Departamento de Sociología

# **Cuando ya me empiece a quedar solo: Experiencias sobre el sentimiento de soledad en el proceso de envejecer**

---

LICENCIATURA EN SOCIOLOGÍA  
TESIS DE GRADO

Sasha Lilen Colimodio

Directora: Paula Lehner

Co-directora: Romina Cutuli

11 de diciembre de 2024

*“No sigamos trampeando; en el futuro que nos aguarda está en cuestión el sentido de nuestra vida; no sabemos quiénes somos si ignoramos qué seremos: re conozcámonos en ese viejo, en esa vieja”.*

Simone de Beauvoir

*Para María, Alicia y Lara, por ser mi inspiración siempre.*

# Agradecimientos

Esta tesis significa concluir una etapa muy importante de mi vida, llena de dificultades y aprendizajes.

Quiero agradecer a Romina y Paula por su acompañamiento, sin él este trabajo no hubiera sido posible. También a todas las personas que compartieron sus experiencias a través de las entrevistas.

A mi familia y amigos, que siempre me apoyaron para que pueda continuar mis estudios.

A Martina, por ser mi amiga y mi compañera de estudio.

A la Universidad Nacional de Mar del Plata y a todas las personas que conocí durante estos años, quienes fueron fundamentales para mi crecimiento profesional y personal.

## Resumen

Desde una perspectiva centrada en el trabajo, la vejez ha sido asociada a la soledad y al deterioro producto de los cambios relacionados con posible finalización o no de su trayectoria laboral, de estructura familiar y social, y la emergencia de problemas de salud tanto físicos como mentales. El envejecimiento demográfico sumado a la desprotección laboral actual produce que cada vez más personas mayores se les dificulte el acceso al sistema previsional. En este sentido, el proceso de envejecer se ve afectado por el género, la trayectoria de vida, la situación socioeconómica, su salud, educación y constituye ideas y estereotipos ligados al discurso predominante, relacionado con la dependencia.

Desde una abordaje cualitativo la presente investigación indaga cómo son las experiencias y cuáles son los sentidos que le otorgan al sentimiento de soledad las personas mayores que residen en Mar del Plata en el año 2024, problematizando los atributos negativos asociados a esta etapa. El estudio tiene un diseño exploratorio-descriptivo, en el cual se utilizan doce entrevistas en profundidad como instrumentos de recolección, contemplando diversos perfiles respecto a variables sociodemográficas. En este sentido, indagar el tipo de hogar donde vive la persona mayor puede permitir problematizar como vivir solo no necesariamente implica sentirse solo, así como estar en presencia de otros no siempre implica que se trate de redes de apoyo satisfactorias. Dichos condicionantes interseccionales constituyen factores clave para comprender la heterogeneidad de experiencias acerca del sentimiento de soledad en la vejez.

**Palabras claves: vejez, curso de vida, soledad, Mar del Plata**

# Índice

Introducción.....	7
Metodología.....	10
Conceptualizaciones sobre la vejez y la problemática del envejecimiento poblacional.....	13
Capítulo 1: ¿Una vejez sin temores? Condicionamientos interseccionales al bienestar en el procesode envejecer.....	16
Capítulo 2: ¿Una prisión que no es mía? Los modos de vida en el proceso de envejecimiento. Tensiones entre los espacios de disfrute y los mandatos familiares.....	31
Capítulo 3: Cuando ya me empiece a quedar solo. Goce y sufrimiento de la soledad en el proceso de envejecer.....	44
Conclusiones.....	52
Bibliografía.....	55

## Introducción

Esta tesis fue elaborada para la obtención del grado de Licenciada en Sociología de la Facultad de Humanidades, Universidad Nacional de Mar del Plata. Su desarrollo busca contribuir a los estudios de las vejeces desde una perspectiva cualitativa a partir de un enfoque del curso de la vida. Asimismo se buscó explorar las experiencias y los sentidos que le otorgan al sentimiento de soledad las personas mayores que residen en Mar del Plata en el año 2024. La investigación se desarrolló en esta ciudad, la cual se constituye como uno de los principales polos gerontológicos del país (Cogley, 2001). La ciudad de Mar del Plata se ubica en el sudeste de la provincia de Buenos Aires y pertenece al partido de General Pueyrredon, del cual es la localidad cabecera. Según el censo nacional del año 2022, sobre un total de 666.844 habitantes 141 mil personas son adultos mayores de 60 años. Es decir un 15,7%, cuatro pp. por encima de la media nacional. Se trata del mayor porcentaje de este grupo poblacional en comparación a otros municipios de 500 mil habitantes del interior de la provincia, por lo que es pertinente seleccionarla para estudiar cómo experimentan este proceso las personas mayores. Este número cobra mayor relevancia cuando se toma en consideración que una población se encuentra envejecida cuando posee más del 7% de personas mayores de 60 años, según convención establecida por Naciones Unidas.

Aunque el sentimiento de soledad puede experimentarse durante todo el curso vital, estudios recientes han demostrado que existe una prevalencia hacia final de la adolescencia y en la vejez (Luhmann y Hawkey, 2016). Siguiendo esta línea, los datos del Observatorio de Deuda Social Argentina (2012-2017) exponen que el déficit en el sentimiento de felicidad atraviesa al 10,5% de las personas mayores de Mar del Plata, mientras que el sentimiento de “sentirse solo” se declara como experimentado por el 19,8% de las personas mayores, es decir una persona de cada cinco. Por lo cual es pertinente analizar en qué formas y bajo qué significados se experimenta la soledad es una de las localidades con mayor presencia de personas mayores en la Provincia de Buenos Aires, entendiendo la relación entre lo biográfico - histórico y contextual que impacta en cómo se experimenta la vejez.

La vejez es una etapa en el curso de la vida, en la cual se producen cambios y rupturas claves en la vida de las personas mayores. Se trata de un proceso individual y diferencial, el cual se ve afectado por la historia y condiciones de vida, género, salud, educación y trayectoria laboral (Oddone, 1991). La persona adulta debe reorganizar su modo de vida para enfrentar los riesgos que puede implicar llegar a cierta edad, principalmente respecto a los cambios económicos, de estructura familiar y social, y la emergencia de problemas de salud tanto físicos como mentales. La disminución o pérdida de un ingreso puede influir en la capacidad de costear su modo de vida y la de su familia, aunque hay que considerar que muchas personas mayores continúan con su trayectoria laboral ya sea por necesidad o por mantenerse/sentirse activos. Por lo que se entiende que no hay una única manera de concebir y vivir la vejez, sino que es una etapa del ciclo vital construida socialmente. Respecto a la edad hay que considerar que, en la actualidad, los límites

imprecisos sobre los distintos periodos de la vida y las nuevas concepciones sobre el comportamiento adecuado a cada edad han implicado cambios en las percepciones y prácticas (Iacub, 2024).

Sin embargo, no hay que olvidar que la vejez continúa envuelta en atributos negativos como la improductividad, ineficiencia, enfermedad, decrepitud o decadencia, definidos como estigmas y a los cuales se les atribuye expectativas de conducta. El concepto de estigma de Goffman (2003) nos permite entender el proceso de construcción de la identidad social y como la sociedad establece los medios para categorizar a las personas.

Desde la perspectiva del Desarrollo Humano, el bienestar o calidad de vida es entendido como un fenómeno integral que comprende no sólo las condiciones materiales de vida, sino también la sociabilidad y la sensación de bienestar y satisfacción con la vida que experimentan las personas; en este caso particular, los individuos mayores. Las redes de apoyo son una parte muy importante en el desarrollo del sentido de propósito y pertenencia (PNUD, 2000). En este sentido, el sentimiento de soledad debe diferenciarse del aislamiento social, por lo que indagar el tipo de hogar donde vive la persona mayor puede permitir problematizar cómo vivir solo no necesariamente implica sentirse solo, así como estar en presencia de otros no siempre implica contar con redes de apoyo satisfactorias (López Doblas y Díaz Conde, 2018 ). Siguiendo esta línea, la hipótesis que guía esta investigación se centra en los múltiples modos de envejecer marcados por la interseccionalidad, que no tienen únicamente que asociarse el sentimiento de soledad y deterioro, sino que se propone la posibilidad de nuevas autonomías en las personas mayores. Desde la Organización Mundial de la Salud se propone la concepción del envejecimiento activo, basado en el ejercicio de los derechos de las personas mayores. Es entendido como un proceso de optimización de las oportunidades de salud, seguridad y participación (OMS, 2002). Durante el proceso de envejecimiento, se pueden producir cambios y rupturas clave en la forma de vida del adulto, los cuales se ven afectados por su historia de vida, su estado civil, su situación socioeconómica, su trayectoria laboral y migratoria, el género y salud. Dichos condicionantes interseccionales constituyen factores clave para comprender la heterogeneidad de experiencias acerca del sentimiento de soledad en la vejez.

Esta tesis se organiza de la siguiente manera: la presente introducción, en la que, luego de presentar el tema y la pregunta problema de la investigación, se explicita el abordaje metodológico de la tesis y se realiza un recorrido sobre las conceptualizaciones sobre la vejez y la problemática del envejecimiento poblacional, y seguida de tres capítulos. En el capítulo 1 “¿Una vejez sin temores? Condicionamientos interseccionales al bienestar en el proceso de envejecimiento” se exponen conceptos clave sobre las trayectorias de vida que nos permitirá entender como estas influyen en el sentimiento de soledad entendiendo la articulación entre lo biográfico- histórico y contextual. En



este sentido, también se abordaron algunas transformaciones sociales claves del siglo xx. En el segundo capítulo “¿Una prisión que no es mía? Los modos de vida en el proceso de envejecimiento. Tensiones entre los espacios de disfrute de la individualidad y los mandatos familiares” se caracterizaron las estructuras familiares y la distribución de recursos en relación a cómo viven y cómo se organizan los modos de vida de las personas mayores. Además se reconstruye las dinámicas de socialización e integración social de las personas que transitan la vejez. Por último, en el capítulo 3: “Cuando ya me empecé a quedar solo. Goce y sufrimiento de la soledad en el proceso de envejecimiento”, se detalla sobre la prevalencia y los significados de la soledad y la vejez en las personas mayores. Finalmente, se encuentran las conclusiones de la investigación.

## **Metodología**

El objetivo general de la investigación es explorar desde la teoría del curso de vida cómo son las experiencias y cuáles son los sentidos que le otorgan al sentimiento de soledad las personas mayores que residen en Mar del Plata en el año 2024. Los capítulos de la tesis devienen de los siguientes objetivos específicos:

- Identificar los condicionamientos al bienestar de las personas mayores desde una perspectiva interseccional y de curso de vida.
- Indagar el proceso de envejecer en relación con los modos de vida y el tipo de hogar donde residen las personas mayores
- Explorar la prevalencia del sentimiento de soledad y sus significados en las personas mayores.

Para llevar a cabo esta investigación se optó por un diseño cualitativo, el cual brindó las herramientas para conocer las formas en que el mundo es producido, comprendido y experimentado por los propios actores (Vasilachis, 2006). Este tipo de diseño cualitativo se caracteriza por su orientación interpretativa, fenomenológica y biográfica: es decir, “que describe y comprende los fenómenos en el contexto, indaga sobre las percepciones sentidos y reconstruye las existencias individuales”(Colás y Buendía, 1992 y Folgueiras, 2007 citados en Lynch, 2017). Este proceso de investigación se caracteriza por ser flexible, es decir puede adaptarse o modificarse durante todo el proceso, lo cual implica una vigilancia epistemológica, es decir una reflexión crítica constante sobre el objeto y en el propio investigador (Bourdieu, 2007).

Siguiendo el diseño de Maxwell (1996), los datos se construyeron a partir de doce entrevistas semiestructuradas. Para Denzin y Lincoln (2005) la entrevista es “una conversación, es el arte de realizar preguntas y escuchar respuestas” (p. 643), en donde mediante la guía del entrevistador, el entrevistado relata sus experiencias, con el fin de acceder a las maneras de pensar, sentir y actuar de los sujetos sociales pertenecientes a determinados contextos biográficos, generacionales, de género y de clase. En ese sentido, el concepto de la “identidad narrativa” (Ricoeur, 2006), nos aporta cómo el sujeto es actor de su vida y, a la vez, narrador, lector y corrector; resignificando o apropiando aquella historia en el marco de los eventos pasados y presentes. Por lo que la memoria es, de este modo, “activa”.

La entrevista es una “interacción cara cara” en la cual no se puede no comunicar, el cuerpo es un informante más. Para Goffman, la vida es como una representación teatral, en donde los actores emplean máscaras, es decir tipificaciones estereotipadas de los roles sociales, lo que supone la preexistencia de normas y pautas de acción a las que los individuos deben adecuarse en el “marco”

de la entrevista (Goffman, 2006). Por su parte, Bourdieu (1999) conceptualiza la investigación como juego social, en donde existen reglas y acciones aceptadas. La relación asimétrica entre el entrevistador y entrevistado puede producir efectos y condicionar la decisión sobre qué contar y qué no contar. Según el autor, “es necesario reflexionar sobre las consecuencias metodológicas ya que no existe un registro totalmente neutral”, por lo cual debe existir una posición vigilante del investigador sobre sí mismo y en relación con el objeto, que permita conocer de una forma ética y válida. Esto se puede resumir en estándares éticos definidos por las instituciones científicas, es decir, consentimiento informado, confidencialidad y el anonimato, que fueron contemplados para este proceso. Es importante aclarar que el proceso de investigación se caracteriza por ser flexible, es decir puede adaptarse o modificarse durante todo el proceso. Particularmente mi género y mi edad pudieron haber influido en la manera de decir y hacer de los entrevistados, además de la heterogeneidad de la muestra, ya que se vio afectada por la disponibilidad de personas que tienen mayor vínculo con el espacio público y, por ello mismo, eran accesibles como contactos. En este sentido, a través de la escucha activa y metódica, puede modificar la guía de entrevista y la interpretación de los datos, particularmente en la forma de preguntar y repreguntar ciertos aspectos; lo cual me permitió ir mejorando en cada una.

El estudio tuvo un diseño exploratorio-descriptivo con un muestreo teórico, es decir intencional y no probabilístico, cuyos criterios de selección fueron: personas de ambos sexos de entre 65 y 75 años sin deterioro cognitivo, residentes de la ciudad de Mar del Plata y no residir en viviendas colectivas y ser auto válidas. Cabe aclarar que esta investigación devino en parte por la población hallada para la realización de las entrevistas, pero también por las propias especificidades de la experiencia de envejecer en este grupo poblacional. La mayor vulnerabilidad de esta población requeriría pensar la vejez con una franja etaria diferente, en virtud de la menor esperanza de vida de la población trans. Asimismo, demandaría otra especificidad analítica. La decisión del corte de edad se da ya que la Organización Mundial de la Salud considera persona mayor a partir de esa edad. Además, el corte de 65 años nuclea a la mayor parte de la población jubilada, lo que constituye un hito central entre las especificidades de esta etapa del ciclo vital. Igualmente como se desarrolló anteriormente, este aspecto es sólo metodológico, ya que la forma de experimentar la edad es sumamente subjetiva, por lo que los comportamientos que se le asocian y la realidad pueden ser muy heterogéneas. Se intentará contemplar diversos perfiles en términos de género, edad, nivel educativo, salud, situación socioeconómica y trayectoria de vida. La estrategia de análisis de las entrevistas comenzó ordenando los diversos perfiles respecto el tipo de hogar en el que residen y, posteriormente, a partir de una codificación abierta, se categorizaron los datos obtenidos mediante núcleos temáticos referidos a los objetivos que propone la investigación. A partir de un proceso continuo de análisis y revisión de los datos, se alcanzó la saturación teórica, es decir que los nuevos datos no aportaron información relevante.

Según el género podemos indicar que se distribuye de igual manera en ambos, seis mujeres y seis varones, cuya edad se encuentra entre los 65 a 75 años. La edad media es de 70 años. Respecto al hogar, se distribuyen de la siguiente manera; seis pertenecen a hogares multipersonales puros (únicamente conformados por personas mayores), tres a multipersonales mixtos (conformados por personas mayores y personas de otras generaciones), otros tres a unipersonales. Esto coincide con los datos del Observatorio de Deuda Social Argentina (2012-2017) en Mar del Plata; mientras el 38,5% de las personas vive en hogares multipersonales puros, el 36,6% en hogares multipersonales mixtos y el 24,9% de las personas mayores viven solas. Respecto a su máximo nivel educativo alcanzado; mayormente llegaron a cursar estudios superiores, especialmente terciarios (4) y universitario (2); cuatro de ellos completaron el secundario y dos mujeres solo el primario. Sobre este perfil educativo, es necesario aclarar los posibles sesgos de la muestra ya que el acceso al campo se dio a partir de lazos informales, lo cual puede haber limitado la diversidad de niveles educativos. Según el Censo Nacional de Población, Hogares y Viviendas 2022, en este municipio y en esta franja etaria, mayormente tienen secundario completo, representando un 23,2% del total de personas que asistió a un establecimiento educativo, mientras que 5 puntos abajo se encuentran las personas con estudios superiores ya sean universitarios o terciarios. El estado civil se presenta de la siguiente manera: cuatro se encuentran divorciados, de los cuales 2 están en pareja; cinco se encuentran casados, dos viudas y uno soltero.

## **Conceptualizaciones sobre la vejez y la problemática del envejecimiento poblacional**

El envejecimiento demográfico es un fenómeno que toma visibilidad y relevancia a partir de 1970, afectando a la población del mundo, y por ende la de nuestro país. Al tener como sustrato la sociedad y no al individuo, se lo puede considerar un hecho social (Durkheim, 2005) en lugar de un mero fenómeno biológico individual. Se trata de un proceso de incremento de la proporción de personas mayores de 65 años, el cual trae cambios sociales, culturales, políticos y económicos por lo que comienza a ocupar un lugar en la agenda pública. A pesar de los avances científicos de la salud, que han permitido mejorar la calidad de vida de las personas y lograr un aumento en la expectativa de vida, es necesario continuar promoviendo el desarrollo humano integral de las personas mayores a través de políticas públicas que busquen la mejora de su calidad de vida. En este sentido es pertinente diferenciar los conceptos de envejecimiento y vejez, comúnmente utilizados como sinónimos. Desde un punto de vista biológico, el envejecimiento es un proceso continuo e irreversible del curso vital, que trae múltiples transformaciones psicosociales. Asimismo, la vejez se asocia al último momento del proceso vital, la cual comúnmente se la relaciona a la pérdida de las capacidades corporales y funcionales graduales y de disminución de la densidad ósea, el tono muscular y la fuerza. Estos cambios no son lineales ni uniformes, y su vinculación con la edad en años es relativa, por lo que la juventud y vejez son categorías vacías, construidas socialmente donde se les asigna un determinado lugar: de carencia, de aspiración, de sabiduría, entre otras. Oddone (2006) señala:

“La edad cronológica no alcanza para predecir de manera general la forma de la vida ni las necesidades de las personas. Y aún más, la utilización de la edad cronológica puede conducir a la cristalización de estereotipos relativos a las personas de edad avanzada que contribuyan a etiquetarla erróneamente (p.3)”.

El aumento de la población de esta franja etaria y la disminución de la población en edad de trabajar produce desequilibrios financieros en el sistema previsional, lo cual trae a debate si la jubilación se trata de una opción o una imposición, además de analizar la edad mínima jubilatoria. El “envejecimiento dentro del envejecimiento”, es decir, un envejecimiento simultáneo de dos generaciones: las personas de entre 60 a 80 años, y los de más de 80, permite analizar la posibilidad de las nuevas autonomías en el envejecimiento, planteando como las personas mayores pueden mantener su independencia y autonomía. Así las personas mayores pueden significar un gran potencial para la sociedad, ya sea continuando su vida laboral o dedicándose a otras actividades asociadas al ocio.

Siguiendo los aportes de Berger y Luckman (1967) podemos comprender la complejidad del análisis de los diferentes significados y construcciones que tiene la sociedad sobre las etapas vitales. Se deben estudiar las objetivaciones de los procesos subjetivos y significados por medio de los cuales se construye el mundo intersubjetivo en las acciones humanas. La realidad es interpretada por los

actores y es significativa dentro de un mundo coherente, las cuales a lo largo del tiempo se van institucionalizando y legitimando. En particular alrededor de la vejez se constituyen ideas y estereotipos ligados al discurso predominante, relacionado con la dependencia.

Los estudios sobre vejez poseen múltiples perspectivas y se han compuesto desde disciplinas como la psicología, biología y la sociología, entre otras; lo que permite una comprensión más amplia y completa del envejecimiento (Gómez Álvarez, 2019). Desde la sociología se ha abordado la vejez desde tres generaciones de teorías: la primera generación enfoca en el lugar de las personas mayores en la sociedad, la segunda generación trata las relaciones entre las personas mayores y la sociedad, y se discuten sobre los criterios cronológicos para definir la vejez. Por último, las teorías de tercera generación abordan sobre las relaciones de poder, el género, la visibilización de las historias de vida, el carácter político y crítico del conocimiento y, por lo tanto, la revaloración de la vejez en la sociedad (Robledo y Orejuela, 2020).

Entre los enfoques más importantes del primer conjunto de teorías, la teoría de la desvinculación sólo aborda la reducción de la participación de las personas por su edad, negando la posibilidad de un rol activo de las personas mayores y utilizando un enfoque único y lineal (Cumming y Henry; 1961). Por otra parte y como contraposición, se encuentra la teoría de actividad, la cual surge de la premisa del envejecimiento normal el cual promueve que a través de actividades se generan sentimientos positivos de felicidad y satisfacción que contrastan con la visión tradicional de declive en la vejez (Havighurst & Albrecht, 1953). En esta teoría, la desvinculación no se da por un deseo propio de las personas mayores, sino porque la sociedad no les ofrece oportunidades. Las principales críticas a esta teoría se relacionan con la responsabilidad impuesta a las personas mayores para adaptarse al sistema social sin analizar las estructuras dominantes y las normas preestablecidas (Hernández, 2016); además de no contemplar factores como la pobreza y exclusión social.

Dentro del segundo conjunto de teorías, se encuentra la teoría de la continuidad (Atchley, 1971), la cual establece que los adultos mayores hacen lo posible por conservar los conocimientos adquiridos. Las críticas se relacionan a que su enfoque individual no permite analizar temáticas de orden hegemónico que pueden impedir la continuidad en el individuo. La teoría de la rotulación social, formulada por Kuypers y Bengston (1973), comprende que la reducción de competencias sociales y habilidades de las personas mayores no debe ser asociada únicamente a la vejez sino que se debe contemplar a la rotulación negativa por parte de familiares, cuidadores o profesionales. Esta teoría nos permite analizar las tensiones entre familiares y cuidadores y proponer una intervención.

Por último, entre las teorías de tercera generación, la teoría del constructivismo social, propuesta de Gubrium y Holstein (1999), pretende comprender y explicar las realidades sociales relativas al envejecimiento, los procesos individuales del envejecimiento en contexto y los papeles relacionados con la construcción social de la edad. Las teorías y perspectivas feministas del envejecimiento proponen la integración de las categorías de género y edad para comprender cómo influyen las normas basadas en la edad y los cambios fisiológicos en la significación social del envejecimiento de las personas (Bengston, Burgess y Parrot, 1997). Uno de los mayores aportes de las teorías feministas del envejecimiento es la atención que ponen en la feminización de la vejez, mediante el rastreo de nuevas formas de diferenciación respecto a los hombres. Por su parte, la teoría de la economía política del envejecimiento analiza cómo la asignación de recursos sociales, económicos y políticos configura relaciones de poder, autonomía e influencia en la experiencia del envejecimiento. Se considera aquí no solo la variable edad, sino también las de clase, género, raza y etnia. Las críticas a esta teoría están centradas en la alta dependencia de la estructura social y el determinismo económico como explicaciones del estado de las personas mayores. Desde la gerontología crítica se teoriza sobre las dimensiones subjetivas e interpretativas del envejecimiento enfocándose en cambios prácticos, como las políticas públicas. Sus mayores aportes consisten en cuestionar la homogeneización del envejecimiento y el énfasis positivista utilizado para su comprensión, en el que prevalecen los ideales de autonomía, salud e independencia en la vejez (Moody, 1992). Por su parte, la teoría del curso de vida, desde la cual enmarco mi investigación que permite analizar cómo los eventos históricos y los cambios económicos, demográficos, sociales y culturales configuran tanto las vidas individuales como las generaciones para explicar la naturaleza dinámica, contextual y procesual del envejecimiento (Blanco, 2011).

Algunos de los interrogantes que surgen e intento responder en esta investigación son ¿Cuál es la implicancia de variables sociodemográficas: situación socioeconómica, género, trayectoria laboral, y edad en la experiencia del sentimiento de soledad en la vejez?, ¿Cómo son las estructuras familiares y la distribución de recursos en relación a cómo viven, con quiénes y cómo se organizan los modos de vida de las personas mayores? ¿Cuáles son las dinámicas de socialización e integración social de las personas mayores? ¿Cuál es la prevalencia del sentimiento de soledad y sus significados en las personas mayores?

## **Capítulo 1: ¿Una vejez sin temores? Condicionamientos interseccionales al bienestar en el proceso de envejecer**

## Las trayectorias de vida

Las trayectorias de vida están signadas por modelos hegemónicos sobre los roles sociales y actividades. Estos performan tanto las expectativas individuales como los juicios sociales sobre lo que los sujetos hacen en cada etapa de su vida. Tal como se representa en el juego de la vida, los casilleros simbolizan las diferentes etapas del curso vital establecidas socialmente según la edad: como la educación formal, el primer trabajo, el matrimonio, la procreación, el desarrollo profesional y, finalmente, el retiro. Cada edad tiene normas, ideas y prácticas asociadas a ella, las cuales se construyen socialmente en cada tiempo y lugar. En este sentido, la situación actual del sujeto se configura a partir de las decisiones y cambios a lo largo del ciclo vital. Históricamente desde las ciencias sociales se han estudiado “las infancias”, “las adolescencias”, entre otras etapas de la vida, dando cuenta como cada una se corresponde con un modo particular de pertenecer al mundo. Aun así, en la actualidad los límites imprecisos sobre los distintos periodos de la vida y los comportamientos asociados, han implicado rever estas representaciones, entendiendo como influyen otras variables como el género, la situación socioeconómica, la territorialidad, entre otras. Se comprende que la edad por sí sola no es suficiente como variable de análisis, si no que es necesario estudiar la estructura social y la producción de sujetos para desarrollar las conceptualizaciones sobre clases de edad y generaciones.

El enfoque teórico-metodológico del curso de vida surge durante los años setenta en los Estados Unidos como una propuesta para estudiar el curso de vida de un individuo como unidad de análisis, entendiendo la vinculación con las biografías de otros miembros de la sociedad, enmarcado en un espacio y un tiempo históricos. Esta categoría permite una mirada longitudinal del envejecimiento, desde perspectivas micro y macrosociales, incorporando la multidisciplinariedad, las transformaciones en el tiempo biográfico - histórico y el contexto. (Blanco; 2011). El sociólogo Glen Elder, uno de los principales referentes teóricos de esta corriente, busca incorporar la dimensión cualitativa del tiempo en la investigación, es decir la experiencia de los sujetos.

Su fundamento se basa en tres ejes: trayectoria, transición y turning point, que “reflejan la naturaleza temporal de las vidas y captan la idea del movimiento a lo largo de los tiempos históricos y biográficos” (Elder, Kirkpatrick y Crosnoe, 2006, p.8). El concepto de trayectoria se entiende como un camino a lo largo de toda la vida, que no tiene un orden ni una velocidad establecida; y se basa en aspectos como trabajo, escolaridad, vida reproductiva, migración, entre otros. Por transición hace referencia a cambios de estado, posición o situación, de carácter no predeterminados, como por ejemplo los despidos, los divorcios, entre otros. Por último, los turing point, se trata de eventos que generan cambios de dirección del curso de vida, que “... no pueden ser determinados



prospectivamente; solo se puede hacer retrospectivamente y en relación con las vidas individuales” (Montgomery et al., 2008, p. 271).

Este paradigma se basa en cinco postulados que dan cuenta de su especificidad:

- El principio de desarrollo a lo largo del tiempo se refiere a la necesidad de una perspectiva a largo plazo para analizar de forma relacional el cambio social y desarrollo individual.
- El principio de tiempo y lugar: el sujeto se encuentra ubicado dentro de una dimensión espacio temporal que le proporciona un contexto para el desarrollo de su vida.
- El principio de timing: el impacto de una transición en una trayectoria está asociado al periodo en el que sucede, esto introduce la importancia de la edad cronológica y los acontecimientos socio-históricos.
- El principio de vidas interconectadas se relaciona con la importancia de analizar los entornos y reacciones en donde el sujeto se desenvuelve.
- El principio de libre albedrío: en las oportunidades de agencia se encuentran limitaciones provenientes de las circunstancias histórico-sociales, pero los individuos hacen elecciones dentro de su propio curso de vida.

En este sentido, Karl Mannheim (1990) plantea el concepto de generación, que se refiere a un grupo delimitado por compartir unas mismas condiciones de existencia. Igualmente aclara que:

La contemporaneidad del nacimiento no es constitutiva de la situación común en el espacio social...Sólo un mismo cuadro de vida histórico-social permite que la situación definida por el nacimiento en el tiempo cronológico se convierta en una situación sociológicamente pertinente. Además, hay que tomar en consideración aquí el fenómeno de la estratificación de la experiencia. (Mannheim, 1990, p.52-53).

En términos de género se puede analizar como las experiencias dentro de una misma generación difieren para los hombres y las mujeres configurándose según las expectativas y roles sociales, entendiendo como la maternidad y el ciclo reproductivo impacta fundamentalmente en los ciclos vitales de las mujeres. Siguiendo esta línea, Bourdieu (1988) lo plantea en estos términos del “modo de generación” es decir, en las formas de producción de los individuos dependiente de la posición en la estructura social, en donde poseen o no capitales económicos, culturales, sociales y

simbólicos. Entonces las diferencias en el modo de generación afectan a grupos y campos concretos en un tiempo particular.

Un ejemplo de estudios bajo este enfoque teórico-metodológico es el de Rada Schultze (2020), quien propone conocer las formas de envejecer del colectivo trans argentino en el marco de los cambios experimentados en materia de derechos en la última década. Aquí se buscó dar cuenta de cómo el histórico descrédito social impactó y condiciona bruscamente en sus cursos vitales. La expectativa de vida de las personas trans es de 40 años, lo que refleja cómo la edad no puede ser la única variable de análisis para la vejez, y se debe incorporar la especificidad de ciertos grupos vulnerables. Es decir que la vejez debe ser entendida en términos relativos y relacionales, por lo cual para esas personas llegar a la vejez tiene otros significados en este segmento poblacional. Al rastrear sus trayectorias se puede analizar cómo incide el rechazo familiar y la expulsión del hogar, el éxodo, las operaciones clandestinas, la violencia institucional, es decir, condiciones que los hacen más vulnerables por el lugar que ocupan en la sociedad. En el caso de esta investigación hay que considerar que el sesgo binario que presenta surge del trabajo de campo, además hay que considerar que trabajar con personas mayores trans requiere un abordaje específico para su investigación.

### **Transformaciones sociales de mediados del siglo xx: ¿Cómo influyeron en las trayectorias de vida?**

La primera transición demográfica ocurrió en Argentina a finales del siglo XIX, de forma precoz y rápida, en comparación con Europa y Estados Unidos (Torrado, 2007). Este proceso se basa en la reducción de las tasas de natalidad y mortalidad, la cual comenzó primero en los sectores medios, urbanos y luego se extendió al resto de la población en un contexto de urbanización, progreso económico y un incremento de los niveles educativos de las mujeres y los varones. La situación de la transición demográfica era considerada como “plena” ya entre 1950-1955 y “avanzada” a partir de 1985, fenómeno que contribuyó a la aceleración del proceso de envejecimiento.

El aumento del envejecimiento demográfico se puede explicar por la baja de las tasas globales de fecundidad y el aumento de la esperanza de vida. Respecto al primer indicador, su descenso se debe a la incorporación de la mujer al trabajo asalariado, a los cambios en las estructuras familiares y los avances en la salud reproductiva, mientras que el segundo proceso es consecuencia de las mejoras en la calidad de vida, la atención sanitaria y la protección social a la vejez.

En nuestro país, a partir de los años 70-80, se comienzan a producir cambios en los roles públicos de las mujeres. Es necesario pensar esta transformación entendiendo al género como relación social de poder asimétrica tanto en el mercado laboral como en el ámbito doméstico. En la familia

tradicional, a la mujer se le asignan las tareas de cuidado y la reproducción material y simbólica de los miembros del hogar, las cuales se les atribuyen como una “naturaleza femenina”. Así las mujeres se encuentran condicionadas por desigualdades de oportunidades en los mercados de trabajo en relación con los hombres, reflejadas en la segregación ocupacional horizontal y vertical, la discriminación salarial y la tendencia hacia la feminización de la pobreza.

A lo largo del siglo xx se produjeron cambios legislativos principalmente con la Constitución de 1949, basada en los principios de igualdad entre el hombre y la mujer, y con la reforma civil de 1968. Juan Carlos Onganía consolidó la plena capacidad para la mujer mayor de edad cualquiera sea su estado civil, es decir, el pleno goce de las libertades inscriptas en el ideario democrático liberal. La Ley 17.711 le dió derecho a las mujeres de ser ser tutora y curadora, derecho a administrar libremente sus bienes propios y gananciales, derechos hereditarios a la viuda y derecho a legar bienes gananciales cuya administración le está reservada. Por otra parte, Ley de Contrato de Trabajo, bajo una concepción humanista del trabajo, establece disposiciones generales sobre las modalidades del contrato de trabajo en general, la remuneración, vacaciones, feriados y días no laborables, del trabajo de la mujer y de los menores, de la duración del trabajo y de su descanso semanal, de la suspensión del contrato, extinción, prescripción, caducidad de los créditos laborales y de los privilegios de esas acreencias (Bonomo Tartabini, 2014). Sin embargo, algunos de estos derechos se vieron interrumpidos por la dictadura cívico-militar en 1976.

En 1985 con la sanción de la Patria Potestad compartida, comienza a modificarse la concepción tradicional de la familia, lo cual, acompañado de otras leyes como ley del Divorcio Vincular, de Cupo Femenino y Sindical; produjo un descenso en la cantidad de hijos que tenían las mujeres y la formación de nuevas uniones como la convivencia en pareja sin matrimonio formal. Sin embargo, la separación significaba un estigma social fuerte para las mujeres, a las cuales se les responsabilizaba por el fracaso de sus matrimonios. En contraposición de los hombres, la permanencia femenina en el mercado de trabajo se ha visto condicionada por las tareas de cuidado y la reproducción material y simbólica de los miembros del hogar. Según la edad, la clase social de pertenencia, la escolaridad, y el estado civil, varía la situación de la mujer en relación al trabajo doméstico y al mercado laboral formal. Mientras que las mujeres de clase alta pueden tercerizar parte del trabajo doméstico, siempre a otra mujer, las mujeres de clases populares/medias deben trabajar en el mercado de trabajo formal, en puestos flexibles que les permitan la realización del trabajo doméstico.

Durante el siglo xx se produjo un aumento en la expectativa de vida, inicialmente impulsado por el Estado de bienestar, pero que se mantuvo, a un ritmo más o menos acelerado, durante todo el periodo. Entre las políticas implementadas en este tipo de estado se encuentran la consolidación del sistema previsional integral, derechos laborales, el desarrollo de los esquemas de salud de la

seguridad social, la expansión de la política habitacional, salud y la universalización de la educación pública, las cuales promovieron el aumento de la calidad de vida. Otro punto importante es la transición epidemiológica, la cual supone el paso de un patrón donde prevalecen las enfermedades infectocontagiosas hacia otro donde prevalecen las crónico degenerativas. Estos cambios predicen una creciente demanda de cuidados de larga duración por parte de la población envejecida, de las personas discapacitadas y de los pacientes terminales. Para 1960, la esperanza de vida alcanzaba los 60 años, y en 1990, 71,78 años. Datos más recientes, indican que la esperanza de vida alcanzó los 76,90 años en 2018, y se estima que para el 2040 aumente un 8%, es decir, por encima de los 80 años.

Este bienestar empezó a desacelerarse a partir de 1970 profundizando las desigualdades en la sociedad. Robert Castel (2010) analiza como el deterioro de la sociedad salarial en la década de los 70, es decir la descentralización del trabajo como garante de acceso a derecho. Acompañado del crecimiento del desempleo, la pérdida de una pertenencia de identidad, la precarización del empleo y el crecimiento del trabajo no registrado, se comenzó a hacer críticas fuertes al estado bienestar entre ellas en relación a la concepción de ciudadanía homogénea, la cual considera que las necesidades eran iguales todos los sujetos sin importar sus diferencias. Se presenta una exigencia constante hacia las personas de hacerse responsables de sí mismas para volverse supuestamente más competitivas y maximizar así las posibilidades de ascenso social. Estos cambios se fueron profundizando con la aparición de dictaduras militares, la censura, la conflictividad social, la proscripción y la represión. Este proceso implicó dismantelar la estructura de apoyo al empleo, se impulsaron políticas de apertura económica y se suprimieron derechos laborales y sindicales. A partir de 1983, con la restauración de la democracia en Argentina, se implementaron políticas neoliberales que produjeron cambios estructurales en toda la región, entre las cuales se encontraban la liberalización del comercio internacional, privatización de empresas estatales, desregulación del mercado interno; lo que impactó fuertemente en lo social y produjo organización de movimientos sociales y políticas concretas. El periodo siguiente se basó en políticas de mejorar bienestar social, reduciendo la pobreza y el desempleo, hasta los últimos años que se hizo presente el neoliberalismo que establece políticas de reducción del estado, en donde las personas mayores son uno los grupos más vulnerabilizados.

### **¿Todos envejecemos igual?**

Entrevistar a las personas en la vejez, nos permite recapitular sus vidas y reinterpretar el pasado a la luz del presente (Bourdieu, 1999). Asimismo, las condiciones en que se ha llegado a la vejez impactan en la forma en que se estructura y narra lo vivido. Las trayectorias de vida de los entrevistados se pueden sintetizar de la siguiente manera:

Fabian nació en Mar del Plata en 1959. Completó sus estudios secundarios en E.N.E.T. N° 1 Domingo Faustino Sarmiento, donde se recibió de técnico nacional. Comenzó a estudiar Ingeniería en la Universidad Nacional pero no completó el nivel. Trabajó en la empresa Agua y Energía durante 9 años y luego consiguió trabajo como electricista industrial y general de manera independiente. Actualmente continúa trabajando. Tuvo dos hijos con su primera esposa, los cuales fueron a vivir con él luego de la separación, y luego otros dos hijos, actualmente menores de edad, con su pareja actual. Vive en un hogar multipersonal mixto.

Carmen nació en 1956 en Mar del Plata. Completó la secundaria mientras trabajaba como secretaria y luego de finalizar sus estudios como empleada de comercio. Luego continuó trabajando como cuidadora de personas mayores. Se casó y tuvo un hijo. Actualmente está jubilada y no realiza ninguna actividad remunerada. Vive en un hogar multipersonal puro.

María nació en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires en 1956 y llegó a Mar del Plata atraída por la calidad de vida que la ciudad ofrecía en 1977. Estudió profesorado inicial en Mar del Plata pero ejerció por poco tiempo, luego se dedicó a la fotografía en el Instituto Nacional de Investigación y Desarrollo Pesquero. Se casó con su primer esposo y tuvo dos hijos. Enviudó joven y estuvo a cargo de sus hijos, hasta que conoció a quien es su actual pareja, con quien no se encuentra casada. Actualmente está jubilada y no realiza ninguna actividad remunerada. Vive en un hogar multipersonal puro.

Cristina nació en Mar del Plata en 1951. Comenzó a trabajar a los 12 años en un taller de tejido hilvanando hilo y alcanzó a terminar los estudios primarios. Se casó joven y trabajó en los negocios familiares. Se profesionalizó como cosmetóloga, cosmiatra y esteticista. Actualmente está jubilada y continúa trabajando. Enviudó hace 20 años. Vive en un hogar unipersonal.

Claudia nació en Banfield en 1949 y vive en Mar del Plata desde 1957. Trabajó desde muy joven hasta que se casó y tuvo cuatro hijos, una de ella tiene una discapacidad. A los 45 años estudió profesorado de yoga, a lo que se dedica en la actualidad. Enviudó hace unos años. Vive en un hogar multipersonal mixto.

Alicia nació en 1951 en Ciudad Autónoma de Buenos Aires pero vive en Mar del Plata hace 30 años. Trabajó desde sus 18 años en el ámbito de la salud y terminó sus estudios universitarios de obstetricia con 38 años de edad. Actualmente está separada pero contrajo dos matrimonios de los cuales tuvo tres hijos y un hijo, respectivamente. Actualmente tiene contacto solo con uno de sus hijos. Se encuentra jubilada y no trabaja. Vive en un hogar unipersonal.

Julian nació en 1949 en la provincia de Santa Fe y vive en Mar del Plata hace 35 años. Completó sus estudios secundarios y relata que no continuó estudiando para conformar una familia. Contrajo matrimonio dos veces y tuvo tres hijas con el primer matrimonio y una con el segundo. Tuvo comercios que se vieron afectados por la crisis económica de nuestro país y luego se dedicó a ser viajante. Vive en un hogar multipersonal puro.

Martin nació en Mar del Plata en 1957. Vivió solo a partir de la adolescencia y completó sus estudios secundarios. Realizó el servicio militar obligatorio durante dos años. Comenzó a trabajar en la empresa de energía del estado durante 23 años y luego se decidió a trabajar de forma independiente en ingeniería electromecánica. Se casó joven y tuvo dos hijos. Luego se divorció, y volvió a casarse años más tarde. Actualmente está jubilado y no trabaja. Vive en un hogar multipersonal puro.

Carlos nació en 1949 en Adolfo Gonzales Chaves, provincia de Buenos Aires y vive en Mar del Plata desde el fallecimiento de su padre. Completó sus estudios secundarios y trabajó como empleado de comercio hasta su jubilación. Es soltero y no tuvo hijos. Vive en un hogar unipersonal.

José nació en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires en 1953 y vive en Mar del Plata desde los dos años. Comenzó a trabajar a los 18 años después de terminar la secundaria. Es técnico mecánico y se dedicó a hacer trabajos de metalúrgico, después en oficinas técnicas y por último, como cuentapropista. Actualmente está jubilado y continúa trabajando. Se casó y tuvo dos hijos. Vive en un hogar multipersonal puro.

Hernán nació en 1940 en Mar del Plata. Estudió licenciatura en Historia en la Universidad Nacional de Mar del Plata. Trabajó desde que terminó la secundaria y describe haber tenido problemas para conseguir trabajo ya que estuvo preso durante un año durante la última dictadura cívico-militar. Trabajó en el Poder Judicial de la ciudad hasta que se jubiló de forma anticipada por problemas de salud. Tuvo cáncer de pulmón lo que le trae consecuencias en la actualidad. Se casó y tuvo dos hijos. Vive en un hogar multipersonal puro.

Teresa nació en 1958 en Santa Fe y vive en Mar del Plata desde que su hermano se hizo cargo de ella luego del fallecimiento de sus padres. Vivo en el Asilo Unzué hasta que cumplió la mayoría de edad. Terminó los estudios primarios y luego se dedicó a trabajar como empleada doméstica. Actualmente está separada pero contrajo dos matrimonios de los cuales tuvo tres hijos y un hijo, respectivamente. Actualmente se encuentra jubilada y continúa trabajando. Vive en un hogar multipersonal mixto.

Durante el curso vital surgen transiciones y eventos claves que afectan la forma que se vive en el proceso de envejecimiento. No se debe pensar únicamente en aspectos materiales de vida sino

también la sociabilidad y en la percepción del bienestar y satisfacción con la vida que experimentan las personas. Las redes de apoyo se definen como la práctica simbólica-cultural que incluye el conjunto de relaciones interpersonales que integran a una persona con su entorno social y le permiten mantener o mejorar su bienestar material, físico y emocional y evitar así el deterioro real o imaginado que podría generarse cuando se producen dificultades, crisis o conflictos que afectan al sujeto (Guzmán, Huenchuan y Montes de Oca; 2003). Respecto a la autopercepción del bienestar, la vulnerabilidad física crea representaciones del cuerpo que configuran nuevas identidades en las personas mayores, creando pensamientos, sentimientos, ideas y creencias relacionados con el ideal de sí mismo pero también con los estereotipos. El cuerpo es el reflejo de una historia o biografía individual, de una condición y estatus social individual, y de un estilo de vida.

El primer punto relevante para analizar es el contexto sociopolítico y económico que atravesó la Argentina, lo que se refleja en los relatos. Principalmente relacionado con la última dictadura cívico militar y las crisis económicas cíclicas, donde algunos varones entrevistados indican haber tenido conflictos que suponen "turning point" en la vida familiar y laboral:

*Tuve un problema en la época de la dictadura, estuve un año en cama y cuando salí me costó un laburo impresionante conseguir un laburo por el tema del antecedente. Pero bueno, finalmente me pude enganchar al Poder Judicial y trabajé 30 años. (Hernan, 70 años).*

Este ejemplo, como el servicio militar obligatorio significó una la interrupción de sus proyectos de vida generando nuevas direcciones. Respecto a las crisis económicas en los relatos se ve como esto ha generado incertidumbre y adaptación constante que marcó el bienestar de la población y la importancia de las redes de apoyo. Estos cambios de estado, posición o situación del curso de vida también se puede observar en la profundización de crisis que llevó a situaciones de precariedad laboral, la venta de comercios, problemas para conseguir empleo, que se puede observar en varios relatos tanto de mujeres como varones.

*Y bueno, y allá tuve negocio, trabajaba en la administración de la fábrica de pintura, trabajé en distintos puestos de bajo patrón, en relación de dependencia. Y después tenía negocio de vinería, me había puesto allá en Cañada de Gómez, no le fue muy bien. Me separé y me vine para Mar del Plata y bueno, ahora me casé con, me hice pareja con esta señora con la que vivo (Julian, 75 años).*

Como se desarrolló en el apartado anterior, los roles de género implican distintas trayectorias de vida para los hombres y mujeres, lo que produce efectos en la historia laboral. Mientras que la mayoría de hombres cuentan con profesión u oficio, ya sea técnicos y/o universitarios (cuatro de los seis entrevistados), entre las mujeres, solo dos accedieron a formación superior, y ésta fue en

ocupaciones feminizadas como lo es el profesorado inicial y la licenciada en obstetricia. El resto se desempeñó como cuidadora de personas mayores, profesorado de yoga, masajista y empleada domestica. En sus relatos se ven replicados sus roles en la vida familiar, identificando que muchas de estas mujeres pudieron comenzar y/o completar sus estudios luego de la crianza de sus hijos y/o frente a un divorcio o viudez.

*Yo empecé a trabajar en una farmacia de acá de Mar del Plata en la Rambla. Después trabajé en fábricas de pescado, porque había que trabajar porque si no, no se vivía. Mis padres eran pobres, viste. Después el profesorado lo hice grande, grande, a los 45. En la clase estudié masajes descontracturantes, masajes reductores, entrenamiento linfático, todo eso. (Caudía, 75 años).*

*Yo tenía 38, casi 39 años cuando me recibí y 41 cuando terminé la residencia, porque hice la residencia en el Hospital Argerich en Caba antes de venirme acá a Mar del Plata. Y además justo quedé embarazada ahí, antes de recibirme. Bueno, tuve cuatro hijos, tres de un primer matrimonio, uno del último. Pero bueno, básicamente fue una decisión la de empezar la carrera que siguió a otra decisión muy dura, muy difícil, que fue la de cederle la tenencia de mis tres primeros hijos al padre. (Alicia, 73 años)*

Igualmente se puede encontrar una diferencia entre las entrevistadas respecto a la centralidad de la vida dentro o fuera del hogar. Esto se puede explicar por una diferencia de clase, teniendo en cuenta el modelo "male breadwinner", el cual organiza la familia a partir de roles fuertemente marcados: el varón como proveedor de los recursos económicos y a las mujeres como sostén del cuidado dentro del hogar (Crompton, 1999). En este sentido, se puede señalar como en los sectores de bajos ingresos, este modelo implicó un mandato/expectativa que no se cumplió en la realidad, ya que eran necesarios los ingresos de las mujeres casadas con hijos para sostener las necesidades materiales del hogar. Así muchas mujeres relatan haber tenido que compaginar la crianza de sus hijos con un trabajo fuera del hogar.

*Siempre he trabajado en el servicio doméstico. Trabajé cama adentro. Mis hijos eran chiquitos. Yo tenía a Alejandro de 12 años y Melissa de 9. Eran chiquitos, pero los dejé solos, yo lo único que les pedía era que estudiaran. Yo acá les voy a llenar la heladera, van a tener todo. Ellos sabían que gracias a ese trabajo yo los podía sacar adelante. (Teresa, 66 años)*

Aquí se pueden ver diferencias según el nivel socioeconómico de la personas y la situaciones de crisis que vivió nuestro país. Respecto a los divorcios se puede ver que implican transiciones claves en el curso de vida. En la mayoría de los casos podemos ver que los hombres volvieron a contraer matrimonio y las mujeres en menor medida.



*Bueno, me casé con otra mujer. Me separé de mi primera esposa, después estuve solo un tiempo, más o menos unos tres o cuatro años, y después me reencontré con una novia del pasado. Y bueno, las cosas se dan. Reinicié mi segundo ciclo de vida, que es como una segunda vida porque es distinto. Ya no tenés hijos, tenés un montón de proyectos en común, y nos sentimos acompañados uno con el otro y es, digamos, gratificante y estimulante el hecho de reiniciar otra vez. (Martin, 67 años).*

En el caso de la viudez o separación, las mujeres no volvieron a formar pareja y reivindican su rol social priorizando sus intereses y gustos realizando diversas actividades recreativas. Por lo que se puede plantear como la continuidad de la vida social tiende a evitar la segregación etaria, ya que al no estar en pareja, suelen participar en espacios donde la edad cronológica varía. Por otra parte, las personas mayores que se encuentran en pareja tienden a socializar principalmente con otros matrimonios, lo que puede generar círculos sociales más homogéneos.

*Tengo muchas amigas del gimnasio, pero amigas, amigas, viste, que nos hemos hecho re amigas, y son chicas de, tienen 50 ellas, nada que ver, pero somos amigas, eso es lo lindo, tener diversidad, y yo que hago amigas de una chica de 20, como de 40, no tengo problemas. También hago meditación, tengo otro grupo. Eso también me ayudó mucho cuando falleció mi marido para ayudarme y bueno. Después bailo tango cuatro o cinco veces por semana, que es lo máximo. Ya somos todos integrantes del Grupo de Milongas Argentinas, por ejemplo, viste, o Marplatenses. Entonces tenemos un WhatsApp para indicarnos los horarios, los días y ahí nos juntamos. (Cristina, 73 años)*

*Hace unas semanas estuve mal, pero después digo, pero ¿por qué tengo que estar removiendo el pasado, si yo estoy bien? Tengo trabajo. Tengo gente que me quiere. Tengo salud. Después me levanto y digo, no, ya me levanto y me pongo a caminar. O me voy a la casa de mi amiga. Me voy a la otra o la llamé a la peruana. Vení, tomá unos mates en casa o voy al centro de jubilados (Teresa, 65 años).*

Siguiendo con los aspectos económicos, es interesante pensar en que la mayoría de estas mujeres se encuentran jubiladas. Las leyes de moratorias previsionales dirigidas a aquellas personas que no han cumplido con los años de aportes suficientes para acceder al sistema previsional, contribuyeron a bajar las tasas de pobreza, las cuales eran notablemente diferenciales en comparación a la de los varones, y por consiguiente, mejorar el bienestar de las mujeres. En este contexto. Los derechos sociales se han vinculado con la figura de trabajador, asociado únicamente con el trabajo productivo dejando por fuera el trabajo doméstico. Esta situación contribuye a profundizar las desigualdades de las mujeres al acceso a derechos sociales (Minoldo, 2022). Flavia Marco Navarro (2016) señala que los sistemas de reparto y beneficio fueron diseñados con la figura

del hombre trabajador, jefe de familia y empleado del sector formal, permitiéndoles acceder a estos derechos por sus propios medios. En cambio, las mujeres acceden a estos beneficios a través de su relación con un varón, obteniendo "derechos derivados" a través de pensiones de viudez. En los casos donde las mujeres logran completar sus trayectorias laborales, la brecha salarial se hace presente producto de los ingresos laborales inferiores y la cantidad de aportes. En este sentido, la ley 25.994 permitió acceder a una moratoria provisional a las personas que habían trabajado en la informalidad y también para las personas que trabajan en actividades no remuneradas, universalizando la cobertura entre las personas en edad jubilatoria. Entre 2006 y 2010, la brecha de acceso al sistema provisional se redujo 14,8 pp, producto de la mejora de la cobertura femenina. Igualmente hay que comprender que los esquemas de acceso no contributivo "residual", tienden a implementarse en el marco de una segmentación, por lo que solo reducen parcialmente las brechas de género. La protección previsional tiende a tener menor calidad para las mujeres, lo que se traduce en menor capacidad de satisfacer necesidades.

Otro punto importante son las migraciones hacia Mar del Plata, las cuales se encuentran presentes, causadas principalmente por fallecimientos de los padres, búsqueda de mejores oportunidades laborales, entre otras cuestiones. Durante el siglo XX se produjo un aumento considerable del tamaño demográfico del partido de General Pueyrredon, como consecuencia de las migraciones internas en un contexto de una económica industrialista y urbanizadora nacional y el auge del turismo que alcanzó a las clases medias y trabajadoras (Cacopardo et al, 2001). La transformación de la "ciudad de las elites" a "un sueño de los argentinos" tuvo que ver con las políticas de turismo social, es decir, la promoción de la ciudad como destino para las "personas de condición modesta y el pueblo trabajador" (Pastoriza y Torre Juan, 2019) y, mas tarde, con la ley de propiedad horizontal de 1948 que impulsó la demanda de las clases medias por comprar un departamento en la ciudad. La democratización del bienestar produjo la coexistencia de las clases sociales que más tarde se perdió ya que las clases más altas se movilaron hacia otros destinos para vacacionar. Igualmente, para otras personas estos procesos significaron una movilidad laboral en busca de una mejor calidad de vida. "Hacer la temporada" en el rubro de la hotelería y la gastronomía constituían una inserción clave en el mercado de trabajo, aunque muchas veces significaban niveles de informalidad, jornadas de trabajo irregulares, flexibles y temporales (Débora Garazi: 2022). En muchos casos, se convirtieron en radicaciones permanentes en búsqueda de un ascenso social, como es en el caso de algunos de las personas entrevistadas:

*Salí de Chávez y me vine a Mar del Plata a los 20 cuando falleció mi viejo. Los primeros tiempos fueron difíciles cuando vine a Mar del Plata. Comencé en una agencia de autos. Mediodía, que la plata no me alcanzaba. Después conseguí una gestoría de autos. No me pagaban el sueldo. Y ahí conseguí en Aragone, trabajé tres años. Después empecé a escalonar en los trabajos. Y bueno, quedé ahí 32 años en FaZio. (Carlos, 75 años)*

*Y medio por amistad, porque me iba a casar y aparte porque me fascinaba. Ya estaba mal en Buenos Aires, ya me parecía una ciudad muy tensa. La calidad de vida, eso de ir a donde quieras en bicicleta, la playa está ahí, es gratis para el que quiera. Allá era todo, se disfrutaba muy poco de aire libre, todo lo tenías que pagar o tener un amigo con Quinta, era imposible. O sea, todo ese tipo de vida acá me fascinó. (Maria, 68 años).*

En este sentido, el saldo migratorio, es decir, la diferencia entre los ingresos y los egresos de pobladores, representó un 71,7 % sobre el incremento total poblacional entre 1947 y 1960. Este fenómeno se mantuvo constante entre las décadas de 1960 y 1970, para luego descender en 1980 producto de las crisis políticas y económicas. Estos cambios de dirección pueden producir dificultades en contraer redes de apoyo satisfactorias lo que puede atraer sentimientos de soledad. Los fallecimientos de los familiares o los problemas intrafamiliares pueden significar una baja del bienestar y la búsqueda de otras redes como lo son la comunidad o los amigos.

Otro punto clave a analizar son los significados que se asocian a la situación laboral y la jubilación. Muchas personas aún continúan trabajando, por deseo o por necesidad, por lo que es fundamental analizar su influencia en el proceso de envejecimiento. Se puede observar diferencias respecto al género y el acostumbamiento a esta etapa y las estrategias que utilizan para el bienestar. Las personas que se encuentran jubiladas y no realizan actividades económicas, que asocia la jubilación con bienestar y con la posibilidad de realizar actividades de ocio son mayormente mujeres. Aun así, algunos hombres, como es el caso de Martín (67), quien relató como la jubilación fue un momento clave de reflexión sobre su vida, y le permitió

*“ve las cosas con mayor claridad. Empezás a entender más al otro y, por ende, empezás a comprenderte mejor vos. Creo que es como una segunda vida, una cosa así parecida. cuando decidí jubilarme, fue como que me saqué un montón de piedras. O sea, se dio todo junto”.*

*La jubilación fue un antes y un después. Yo tenía, porque lo había escuchado, viste, muchas veces, de gente que se jubila y que después no sabe qué hacer. Sin embargo, para mí fue totalmente positivo. Yo me jubilé un poco antes de lo que me tendría que haber jubilado, porque en ese momento cambié la salud por tranquilidad. Empecé a dedicarme a cosas que me gustan (Hernán,70).*

Sin embargo, la mayor parte de los hombres entrevistados continúa realizando actividades económicas esto puede deberse a la centralidad del trabajo en sus vidas. Para algunos los hombres el no saber qué hacer con su tiempo libre trae malestar para lo cual es clave las redes de apoyo.

*Bueno, yo lo que imaginaba era que iba a tener mi jubilación y me iba a quedar tranquilo en mi casa y después me di cuenta de que eso no era posible porque quedarse en mi casa era inconcebible para lo que a mí me gusta, sentirme activo, útil, me aburría enormemente. (Jose, 71 años).*

*Pero me siento como si tuviera 20, 25 años. O sea, trabajo mucho más horas que antes. Me siento vital, me siento muy bien. Antes una persona grande no tenía cabida en ningún lado. Nosotros decíamos que cumplís 40 años en nuestro país y ya no servís más. Ya estás para ir al banco de los jubilados. Y en realidad no es. No me imaginé que con 64 años iba a seguir trabajando como si tuviera 20. Nunca me lo imaginé. Tampoco me veía jubilado. (Fabian, 65 años)*

Por su parte, las mujeres que continúan trabajando se encuentran jubiladas, refuerzan la importancia de las redes de apoyo y las actividades por fuera del hogar, como lo es el tango, la actividad física, el centro de jubilados entre otros para alcanzar el bienestar.

*Yo digo, ¿qué voy a hacer cuando tenga 70, 80? Nada que ver, nada que ver. No, cambió totalmente. Yo me veo bien. Uno tiene las limitaciones de la edad. Pero si vos te comparás con otra persona de tu edad o más joven, nada que ver. Yo puedo bailar 5 horas. En el momento no tengo nada. Después al otro día, por supuesto, me duele como a todo el mundo le doliera. Pero cuando lo estoy haciendo no pasa nada, no me duele nada. Lo disfruto muchísimo. (Cristina, 73 años).*

La salud de los entrevistados tiende a influir en la posibilidad de realizar actividades fuera del hogar. Mientras que la mayoría de los entrevistados presentan “achaque propios de la edad”, otros padecen enfermedades crónicas que les dificulta la realización de algunas tareas. En ambos casos resaltan la importancia de la familia en el cuidado principalmente los que se encuentran en pareja. La salud contribuye a cómo se vive la experiencia del envejecimiento, las complicaciones de salud pueden contribuir a la pérdida de la participación social o las relaciones interpersonales fuera del espacio del hogar. Algunos entrevistados reivindican la importancia de la vitalidad en la vida cotidiana para realizar actividades por fuera del hogar, mientras otros se centran en el hogar. Sobre como auto perciben su salud, algunos entrevistados respondieron:

*Hoy, te diría que buena para lo que uno ve y escucha en gente que, o sea, de la misma edad. Tengo algunas nanas: tengo diabetes, diabetes tipo 2, porque tengo exceso de peso, y además porque viene onda familiar, tengo colesterol alto y que yo lo atribuyo al estrés de mi profesión que me gratificó muchísimo, muchísimo, pero cuando dejé, dejé de trabajar, comprendí el estrés al que había estado sometida, así que es posible. Yo lo que siento ahora, es que como estoy muy metida y con pocas ganas de estar en contacto con gente, y también dejando de hacer mucha actividad, siento como una debilidad muscular, viste, por supuesto no hago gimnasia, no voy a caminar, salí*

*a caminar y eso no existe para mí, no hago ninguna clase de sociales, salvo las pocas amigas. (Alicia, 73 años)*

*Oh, extraordinario. Mejor que nunca. Mis hijas me dicen que no puede ser que yo nunca tenga nada. Lo que pasa es que yo practico yoga desde los 24 años. El yoga trabaja el sistema nervioso central, el sistema inmunológico y te mantiene viva, sagaz, resplandeciente. Tengo buen físico, a pesar de la edad, estoy bien. Soy muy inquieta. no es la edad lo que impide los proyectos y los deseos. Es la forma de ser de uno. Si vos tenés vitalidad, vas a ser vital. Si vos te retraés, decís hoy qué día malo voy a tener, lo vas a tener el día malo porque ya te achataste. (Claudia, 75 años).*

*Me jubilé a los 65 y seguí trabajando, estoy trabajando ahora hasta que cumpla los 76, no trabajo más. Sigo trabajando en lo mismo, de viajante, pero no viajo, lo hago todo online. Ahora mi vida es estar un poquito más sobre la casa con mi señora, porque mi señora tiene un problema. O sea, cuando arrancó la cuarentena, el 20 de marzo, a ella el 18, le amputaron una pierna. Entonces ya es distinto, no el trato sino la atención de la casa, y eso nos cortó un poco, porque nosotros ya habíamos ido a Europa una vez, fuimos al Machu Picchu. (Julián, 75 años).*

Si partimos de la idea de que no todas las personas envejecen igual, es necesario recapitular las vidas y reinterpretar el pasado a la luz del presente. Las condiciones en que las personas llegan a la vejez impactan en la forma en que se estructura y narra lo vivido, y es fundamental para analizar el bienestar de las personas mayores. La diversidad de trayectorias de vida posibilita repensar los modelos hegemónicos sobre los roles sociales y actividades que se deben seguir. Durante este capítulo se puede observar los tres ejes de la teoría del curso de vida: trayectoria, transición y turning point, los cuales captan la idea del movimiento a lo largo de los tiempos históricos y biográficos. En este sentido, es central analizar las diferentes trayectorias laborales respecto a la situación socioeconómica actual, las cuales están atravesadas por cuestiones de género. Otro punto contemplado son las redes de apoyo y salud. Respecto al primer punto, las transiciones como las migraciones internas, la viudez o separación conyugal pueden ser causantes de malestar. Las complicaciones de salud pueden contribuir a la pérdida de la participación social o las relaciones interpersonales fuera del espacio del hogar, sin embargo, se puede señalar que la importancia de la vitalidad en la vida cotidiana. Entender la vejez como una construcción social, nos permite comprender la influencia de los factores culturales, económicos, políticos y sociales.

## **Capítulo 2: “¿Una prisión que no es mía? Los modos de vida en el proceso de envejecimiento. Tensiones entre los espacios de disfrute y los mandatos familiares”**

### **Los modos de vida**

Para conceptualizar lo que entendemos como modo de vida es fundamental entender que los sujetos se encuentran en un tiempo y espacio determinado, lo cual causa efectos en su cotidianidad. Comúnmente podemos asociar este a procesos dinámicos de los hogares, pero es necesario hacer un recorrido teórico sobre este concepto. Desde la sociología clásica podemos analizar dos líneas

principales, una asociada a la sociología urbana, precedida por Simmel; y otra, a teorías marxistas. Por un lado, se estudian los modos de vida desde lo urbano, centrándose en el individualismo: y por el otro, se los relaciona con las actividades económicas, destacando el carácter estable e inmovil de los modos de vida. Desde teorías más contemporáneas se puede identificar diferencias, por un lado se encuentran aquellas teorías que se centran en cuestiones cognitivas, normativas y prácticas de los modos de vida del individuo. Otra propone este concepto como una estructura a partir de la relación entre las prácticas y las representaciones sociales. Por último, se encuentran las teorías de estructuración, las cuales incorporan la historicidad al análisis. En este sentido podemos conceptualizar los modos de vida como la estructura compuesta por las prácticas y las representaciones sociales, la cual se ve influida por las condiciones de vida diversos de los contextos históricos (Lindón Alicia, 2002).

El concepto de habitus de Bourdieu (1988), es pertinente para analizar los modos de vida, definidos como las estructuras a partir de las cuales los individuos percibimos y sentimos y actuamos en el mundo social. El individuo se posiciona dentro de la estructura según los capitales-económicos, culturales, sociales y simbólicos- que posee, los cuales influyen en su modo de vida. Estos capitales se encuentran en disputa constante dentro de un campo específico. Desde una perspectiva centrada en el trabajo, la vejez ha sido asociada a la pérdida de capitales, producto a los cambios relacionados con una posible finalización o no de su trayectoria laboral, de estructura familiar y social, y la emergencia de problemas de salud tanto físicos como mentales. Por lo que se ubica a las personas mayores en un rol de inactividad, improductividad y dependencia.

En contraposición a estos imaginarios, podemos analizar los aportes de Robert N. Butler, quien propone el concepto vejez productiva, al cual define como la capacidad de un individuo o una población para participar en la fuerza de trabajo remunerada o no, involucrarse en actividades de voluntariado, contribuir en la familia y mantenerse independiente como sea posible (Butler, R. , 2000). Siguiendo esta línea, Bass, S., Caro, F. y Chen, Y. (1993) incorpora una noción de productividad la cual apunta a “hacer con sentido”, lo cual no tiene que referirse únicamente a una actividad económica, bajo los conceptos de esfuerzo, disciplina, responsabilidad y la utilidad tradicionales. Así “ser productivo” implica una revalorización del trabajo no remunerado que es clave para el desarrollo y sostén de la sociedad. En este sentido, se puede contribuir desde cuatro aspectos: el trabajo familiar-doméstico, el trabajo voluntario en la comunidad, el trabajo remunerado y las actividades educativas-culturales. Por su parte, el trabajo voluntario en la comunidad requiere dedicación, responsabilidad y compromiso social al bienestar de la comunidad. El trabajo remunerado cada vez es más visible en este grupo poblacional, ya sea por cuestiones económicas o para mantenerse “activos”. Es decir, el trabajo, algunas veces responde a una necesidad de realización personal. Por último, las actividades educativas-culturales se basan en actividades de capacitación y transferencia de conocimientos, experiencias y habilidades. Comúnmente, se piensa

que el retiro del mercado laboral posibilita contar con más tiempo para realizar actividades de ocio, sin embargo, muchas personas lo consideran una imposición, y el retiro implica una pérdida de identidad. Moragas (1991) especifica que el tiempo libre no sólo puede llenarse con tiempo de ocio, distracción, sino que también puede incorporar actividades de mayor significado individual y social. En este sentido, se contempla a las personas mayores poniendo énfasis en sus potencialidades y no en su pérdida, visibilizándolos dentro de la sociedad. Sin embargo, es necesario aclarar que no se trata de una obligación sino de una oportunidad de realizar actividades, multiplicando las posibilidades y su heterogeneidad.

Estos espacios son fundamentales ya que las redes sociales promueven la sensación de pertenencia y generan integración social, las cuales evitan el aislamiento y el sentimiento de soledad. En el proceso de envejecimiento las personas son más propensas a ser afectadas por el debilitamiento de las redes sociales como consecuencia de la pérdida de la pareja, los amigos y los compañeros de trabajo (Guzmán y Huenchuan, 2005). Más allá de los cambios que en las últimas décadas ha tenido la familia como institución, para las personas mayores sigue cumpliendo un rol principal como red de apoyo y como espacio de interacción de valores y costumbres compartidos.

### **Hogares y estructuras familiares**

Según un informe del Centro Latinoamericano y Caribeño de Demografía, nuestro país se encuentra en el cuarto puesto de los países más envejecidos de la región. La primera característica relevante es que se trata de una población feminizada: según el censo nacional realizado en el año 2022 a nivel país, el 18,4% del total de las mujeres tenía 60 años y más, mientras que para los varones ese porcentaje desciende a 14,6%. Si bien nacen más varones que mujeres, las proporciones se modifican ligeramente a partir de los 60 años, en virtud de la mayor esperanza de vida de las mujeres. Sin embargo, esta diferencia se hace mucho más pronunciada a partir de los 75 años, cuando la proporción de mujeres en la población aumenta considerablemente. El envejecimiento demográfico junto con el crecimiento de los divorcios, la mayor participación de las mujeres en el mercado de trabajo y el aumento de los hogares con jefatura femenina han transformado la composición y los comportamientos de los hogares. Esto incluye la conciliación familia-trabajo, y la interconexión entre el contexto social y la trayectoria individual. En este sentido, se puede precisar que existe una tendencia mayor de que las mujeres viven en hogares unipersonales respecto a los varones, es decir que los varones envejecen acompañados por parejas y/o familias.

Los procesos de envejecimiento poblacional traen un aumento en la demanda de servicios de cuidado específicos para las personas mayores, los cuales se organizan a través de la figura de un “diamante” conformado por la familia, el Estado, el mercado y las organizaciones no gubernamentales (Esquivel, V., Faur, E., Jelin, E; 2012). En nuestro país, la familia juega un rol



fundamental de soporte en la vejez. En este sentido, menor es la presencia del estado como garante de protección social, mayor es la ocupación de la familia, ya sea de manera directa o contratando servicios externos (Roqué, 2014). Por lo que es necesario trasladar al estado parte de las funciones de apoyo y cuidado, desde una perspectiva centrada en el sujeto de derecho y no desde el modelo clásico asilar vinculado a la asistencia en condiciones de pobreza.

Las bases morales de los cuidados adquieren significados distintos para hombres y mujeres, vinculados con su posición en la división sexual del trabajo y en el ciclo vital. Asimismo, se puede pensar que el cuidado como don, como reciprocidad y como mercancía, lo cual conlleva contradicciones entre los sujetos (Dolors Comas-d'Argemir: 2017). Los aportes de Mauss respecto al concepto de don, permite analizar como dentro de la familia existe un sistema de intercambios promovido por la acción de dar recibir–retribuir determinados bienes que circulan en la vida social (Martins y Bivar C.Campos, 2006). Si partimos de pensar el cuidado como don podemos analizar en una relación donde regalar no implica tener garantías de recibir nada a cambio, es decir la reciprocidad. Si se analiza en términos de género y división social del trabajo, las mujeres proporcionan trabajo de cuidado como obligación en el ámbito privado, el cual al no ser pago termina siendo invisibilizado dentro de la economía formal; mientras que los varones, aportan recursos materiales de sostén. Estos intercambios se expanden hacia otros vínculos de parentesco y amistades pero comúnmente es un trabajo realizado por las mujeres. En este sentido, la institución de la familia es la unidad de producción, reproducción y consumo, y sus modos de interacción revelan conflictos de poder, afectos y obligaciones que indican sentimientos de adhesión y de enfrentamiento entre los miembros que la componen (Jelin, 2012). La familia es una unidad de personas que se constituyen simbólicamente, es decir los valores, normas, reglas de vida, creencias y sentimientos interiorizados dentro de los miembros. Por su parte, los hombres también pueden proporcionar cuidado pero este no es considerado un don sino como parte del compromiso conyugal, es decir una reciprocidad por los cuidados brindados a lo largo de la vida conyugal. La reciprocidad del cuidado demanda un retorno, que se constituye en la solidaridad intergeneracional, así las mujeres lo entienden como un deber de las generaciones más jóvenes y como un derecho de las generaciones mayores (Comas-d'argemir, Dolors, 2017). En este sentido, es interesante como las transformaciones de las familias han producido cambios en las lógicas de reciprocidad y muchos padres no quieren ser cargas para sus hijos, por lo que es necesario repensar las lógicas de cuidado involucrando más agentes. Por último, el cuidado como mercancía se refiere a la contratación de personas para cuidar, sin embargo hay que considerar las limitaciones económicas y morales que implican, profundizando desigualdades para lo cual es necesario un estado presente.

### **El caso de Mar del Plata**

Según el censo nacional de 2022, en Mar del Plata y Batán, sobre un total de 141000 personas mayores de 60 años, 116.712 personas están jubiladas. Dentro de los cuales 92.558 cobran la jubilación y, por el otro, a 24.154 que cobran la jubilación junto a una pensión por fallecimiento. Sobre la configuración de los hogares hay que tener en cuenta que la esperanza de vida de la mujer es mayor que la de los varones, lo cual puede contribuir en que los hombres vivan en pareja y/o con personas de otras generaciones y las mujeres en hogares unipersonales. De la muestra utilizada para esta investigación, se puede indicar que de las doce personas entrevistadas seis viven en hogares multipersonales puros, y de esos seis, cuatro son hombres. Por su parte, del total de las personas mayores que viven solas, uno de tres es varón. Respecto a las personas que viven en hogares multipersonales mixtos, podemos observar que se distribuye de otra manera: dos personas son mujeres y uno varón. Sin embargo, hay que aclarar que una de las mujeres entrevistadas se encuentra a cargo de su hija con discapacidad y la otra tiene una situación familiar compleja: en su hogar vive su expareja, su mujer, y uno de sus hijos; en cambio, el varón conformó una nueva familia y tiene hijos menores de edad. A nivel nacional según el último censo del año 2022, y en la franja etaria de 60 a 74 años, se pueden observar una mayor incidencia de las personas mayores a vivir en los hogares multigeneracionales. Respecto al género, se puede observar que las mujeres viven mayormente en hogares unipersonales en comparación a los varones.

Los hogares no se encuentran aislados de la situación de desamparo que se encuentra este grupo poblacional, sino que el contexto influye en como se forman los hogares y la distribución de recursos. Es necesario tener en cuenta el empobrecimiento que supone el retiro laboral y la urgencia por mejorar el poder adquisitivo en los contextos inflacionarios que atraviesan a nuestro país. Para la cub, la jubilación es “uno de los momentos de transición más importantes de nuestra vida” (2015, p.15). Aun así hay que considerar que las políticas de ajuste del gobierno no permiten a una gran parte de las personas jubiladas solventar sus necesidades básicas. Asimismo, según un estudio del Observatorio de la Deuda Social de la UCA una de cada cuatro personas mayores de 60 años y más hace “changas” para subsistir. Este fenómeno se ve influenciado por el género, los varones en edad jubilatoria tienen una mayor proporción de ingresos provisionales que las mujeres, esto se debe a que las mujeres suelen acumular menos años de aportes y percibir haberes jubilatorios inferiores. Del total de entrevistados, seis se encuentran aún trabajando y otros seis no realizan actividades económicas, lo cual no tiene diferencias respecto al género. Sumado a los haberes jubilatorios hay que considerar que dos mujeres son viudas y cobran una pensión. A su vez hay que señalar la relación entre la trayectoria laboral y la necesidad de continuar trabajando después de la jubilación, ya que se observa una diferencia entre los trabajos de los entrevistados: aquellos con trayectorias laborales en empleos más cualificados, con mejores salarios y mayores protecciones sociales, garantizan jubilaciones más adecuadas y, por ende, mejores condiciones de vida. Otro punto a tener en cuenta es la flexibilidad de estos empleos, como en el caso de los autónomos, que

tienen más facilidades para continuar sus trabajos en comparación a trabajos en relación de dependencia, donde, muchas veces, los empleadores obligan a renunciar a los trabajadores.

*Empecé como electricista domiciliario. Después ya pasé a ser electricista industrial y hoy me dedico a todo lo que es electricidad en general. Hago locales, hago casas, hago industrias. Abarco todo, mantenimiento e instalaciones. Yo soy independiente y me permite manejar los horarios, pero a veces cuando vos sos independiente sos más esclavo que si tuvieras un trabajo fijo. Porque vos con tu trabajo fijo fichaste la tarjeta y te fuiste. Y yo siendo independiente no tengo horario de salida, ¿viste? No tengo horario de ingreso, pero tampoco tengo de salida. (Fabián, 65 años, hogar multipersonal mixto)*

En este sentido, algunas mujeres entrevistadas relatan cómo el fallecimiento de sus esposos supuso una reconfiguración económica del hogar, significando la venta de viviendas y reorganización de gastos e implicando el apoyo económico e instrumental de sus hijos. En otros casos, en personas menores de 70 años con hijos jóvenes, se puede establecer otra dinámica, especialmente en el soporte material y de cuidado de hijos y nietos. Este punto nos permite problematizar los estereotipos y roles asignados a las personas mayores en su función de cuidadores.

Estas dinámicas de modos de vida pueden traer tensiones entre los espacios de disfrute de la individualidad y los mandatos familiares de cuidado o de sostén familiar. Desde una mirada feminista sobre lo doméstico se puede pensar como el hogar no tiene el mismo significado para el hombre que para mujer. Esto se debe a la doble carga de trabajo que recae sobre las mujeres: el trabajo doméstico y la actividad económica, donde al primero se le asignan significados asociados con el amor, por lo que se lo invisibiliza en el espacio privado. Esta sobrecarga desarrolla diferencias sobre cómo experimentan y representan el hogar. En este sentido, Soledad Murillo (1996) se refiere a esta diferencia:

La privacidad es una circunstancia con una variedad infinita de posibilidades, entre ellas: la cualidad de despilfarrar o gestionar el tiempo. Cuando el varón se incluye en la vida familiar, aliviado de las obligaciones sociales, lo hace para descansar... (pero) no son éstas las jugadas que rigen lo privado en femenino, su significado carece de valor personal y creativo” (p.18).

Como es el caso de Hernan (70 años, hogar multipersonal puro), quien se ve atrapado entre su añoro por momentos de intimidad y soledad y las exigencias familiares. “La casa invadida” representa diversas formas de convivencias familiares en nuestra actualidad, que reflejan complejidades socioeconómicas pero también las transformaciones sobre la familia tradicional.

Otra dinámica y configuración familiar se da en el caso de Tamara, quien vive con varios miembros de su familia en distintas casas pero en un mismo terreno. Esta disposición, aunque promueve la cooperación y solidaridad económica como afectiva con su hija, también es fuente de tensiones y malestar, por lo que explicita la necesidad de su tiempo en soledad.

*Mi hogar, si te digo adelante, está mi hija con su hijo. Al medio, te voy a ser sincera, yo no te voy a dar una mentira, está la mujer del papá de los chicos y el papá de los chicos. Y atrás estoy yo.. Yo no quiero estar tampoco. Yo no estoy todo el día. No me hallo. El solo hecho de que el tipo diga, por ahí ni lo piensa. ¿Cómo viniste a parar acá? Como una burla, ¿viste? Tantos años separados. Igual porque me ve a mí con la mujer, hay un choque. Entonces yo trato de evitar, entonces me voy. Ella hoy me quería hablar y me voy, estoy apurada. Y ella no quiere que me vaya. Nosotros vamos juntas a yoga, vamos juntas de viaje, vamos todos, claro, juntas. Yo con ella no tengo problemas. Lo que pasa que no hay buen trato.(Tamara, 66 años, hogar multipersonal mixto)*

La vivienda es un bien esencial para todas las personas, cuyas dimensiones exceden lo material, sino que también se le incorpora la dimensión social y simbólica. Respecto a la primera se refiere a que la vivienda interactúa con las características físicas de sus habitantes constituyéndose en un entorno facilitador u obstaculizador del desarrollo de las funciones básicas de la vida cotidiana. Por otra parte, la dimensión social y simbólica se asocia al espacio de sociabilidad y los sentimientos de seguridad que trae la vivienda, por lo que su ausencia de vivienda puede representar una carga significativa, y, por ejemplo, obliga a pagar un alquiler (Oddone, 2019). Un punto a considerar es que la vivienda condiciona las relaciones con el entorno fundamentalmente en la vejez, se hace un lugar de referencia cuando desaparecen otros espacios de sociabilidad como el trabajo. La propiedad de la vivienda es importante en la vejez ya que permite un mayor grado de libertad para decidir dónde envejecer y la capacidad de realizar adaptaciones. Los datos de la Encuesta Permanente de Hogares 2024 indican que, en Argentina el porcentaje de personas mayores que no son dueños del lugar donde viven es del 37%. Aunque esta cifra es baja en comparación a las personas mayores propietarias, es fundamental para la planificación de las políticas sociales.

El tiempo es una problemática recurrente en las entrevistas, por lo cual es importante referirnos a su uso durante este momento del curso vital. Se trata de un tipo específico de tiempo, referido a la liberación del uso relativo del tiempo de trabajo que experimenta la persona tras la jubilación, la cual se ve influenciada por el contexto social, económico y cultural, en conjunto a su trayectoria de vida. Elizasu (1999) expone cómo el sentimiento de utilidad se destaca a partir de otros sentimientos. Uno de ellos es el sentimiento de pertenencia, entendiendo que el abandono del mundo laboral implica la búsqueda de una nueva integración, otro, el sentimiento de valor referido a la capacidad de realización. Por su parte, el sentimiento de confianza provisto a través de crear nuevas relaciones sociales y, por último, el sentimiento de unidad y de coherencia, el cual está asociado a la forma de

enfrentar esta situación en donde se ve en la necesidad de buscar nuevas normas, valores, roles. Sin embargo, “al jubilarse el compromiso con la ética del trabajo debería extinguirse para dar paso a la aceptación del ocio como estilo de vida moralmente deseable. Sin embargo esto no ocurre así. La ética del trabajo, no es abandonada, sino que sufre un proceso de transformación que permite la continuidad moral entre el trabajo y la jubilación” (Oddone, 2002: 67). Entre los entrevistados se puede asociar a dos perspectivas: desde el temor a la jubilación como pérdida de identidad y propósito; por otro, la jubilación vista como una liberación.

*Creo que un cambio importante fue la jubilación, eso para mí es un antes y un después. Yo tenía, porque lo había escuchado, viste, muchas veces, de gente que se jubila y que después no sabe qué hacer. (Hernan, 70 años, hogar multipersonal puro)*

Estos relatos se puede analizar desde las funciones psicosociales que cumple el trabajo desarrolladas por Marie Jahoda (1982), entre las cuales se encuentra imponer una estructura a la jornada diaria, favorecer las relaciones sociales, vincular las metas individuales con objetivos y propósitos colectivos, posibilitar la definición del estatus social y la identidad personal, y imponer la realización de una actividad cotidiana. Estas funciones las denomina “necesidades profundas”, las provee todas al mismo tiempo y predominantemente por el trabajo. Sin embargo hay que considerar que estas categorías se refieren a una forma de trabajo particular asociada particularmente a los hombres: el asalariado, estable y asociado a derechos sociales. En cambio, para las mujeres el trabajo significa irregularidad, informalidad, precariedad e invisibilidad. (Cutuli, 2014). Por lo cual, es necesario pensar qué rol tiene el trabajo cuando no es garante de los derechos sociales, entendiendo que estas generaciones trabajaron con la promesa de una jubilación digna; y en un escenario de ajuste son los principales afectados. En algunos casos, el trabajo implica un tipo de realización personal, por lo cual se desea continuar con su labor tras la jubilación. La idea de mantenerse con la “mente activa” se encuentra presente tanto en varones como en mujeres, sin embargo, se ve que los varones existe un mandato social de continuar trabajando, donde el término jubilación adquiere significados negativos relacionado no saber qué hacer con tiempo libre. Esto se puede atribuir a la pérdida del estatus laboral que se traslada a la pérdida del mandato de proveedor, a diferencia de la mujer, que su rol de proveedora de cuidados y sostén emocional de la familia continúa.

*El cambio es cuando me jubilé. Te digo que me agarró estrés. Me agarró con unas aftas en la boca. Iba a los médicos, los médicos, y no se me pasaba. Un médico me revisó, indagó un poquito. Me dice, no, porque vos tenés estrés. Y sí, me costó superarlo. No, no, ni siquiera podía escuchar la palabra jubilado. Digo, retirado, vivo de un retiro. Pero bueno, se va superando, se va superando. (Carlos, 75, soltero, hogar unipersonal).*

El lugar que ocupa dentro de la cotidianidad el trabajo varía entre los relatos: se puede observar que las mujeres continúan trabajando tienden a diversificar sus actividades, mientras que el hombre centra su vida en el trabajo, y el tiempo libre lo ocupa dentro de su hogar. Esto se profundiza según el estado civil de las personas, el encontrarse soltero o viudo, produce la búsqueda de otras actividades de ocio. Por su parte, las personas entrevistadas que se encuentran actualmente jubiladas que tuvieron la mayor parte de su vida un trabajo en relación de dependencia, con cierta estructura de horarios, desean un modo de vida flexible, realicen o no actividades económicas.

*Yo no puedo decir nada en contra. Fue un favor en el sentido de la liberación del tiempo. Siento que estuve mucho tiempo, mucha parte de mi vida, siempre de acá para allá, corriendo. Ahora disfruto despertarme tranquila, tener un momento para el mate, para ver qué tengo ganas de hacer. Todo eso uno lo hace a la edad que tiene que hacer, ahora no podría. Pero la liberación de mi tiempo, fue lo más importante. (María, 68, casada, hogar multipersonal puro)*

Los relatos reflejan los diversos sentidos que las personas adjudican al trabajo, la dicotomía entre liberación y esclavitud. El carácter liberador del trabajo se basa en la garantía de derechos sociales y la integración social para los individuos. Sin embargo, hace ya varias décadas, la informalidad y precarización laboral produce que no se garanticen las protecciones sociales, lo que ha llevado a que el trabajo se reduzca a la mera subsistencia, implicando jornadas extenuantes. El análisis adquiere una dimensión más compleja cuando se piensa en clave de género: el trabajo doméstico no se encuentra regido por las condiciones de regularidad jurídica, por lo que cuando la mujer pudo trabajar de manera remunerada lo vió como una liberación al espacio público. En este sentido, el hogar es el espacio donde se presentan las desigualdades de género, y el trabajo asalariado puede significar una posibilidad de huir de la violencia doméstica (Cutuli, 2022). En estos términos, la jubilación puede asociarse a una liberación del tiempo, entendiendo que las personas recuperan el control de su tiempo priorizando sus propios intereses y necesidades. Aun así, para otras personas, implica una crisis identitaria, por lo cual continúan con sus trabajos, ya sea por necesidad económica o por satisfacción personal, lo que puede generar una dependencia hacia el.

En este sentido, se puede identificar como para algunas personas que trabajan de manera independiente es más sencillo continuar su trayectoria laboral, principalmente en los varones.

Dentro de esta liberación del tiempo se puede indicar que algunos entrevistados buscan aprender nuevas actividades en su individualidad, entendiendo que la edad no implica un impedimento para adquirir nuevos conocimientos. Un caso es Hernan de 70 años, vive en hogar multipersonal puro:

*Pero bueno, tengo actividades que luego me he puesto a hacer, tratar de estudiar diseño de programación en página web. También hago modelado en 3D. Y ahora estoy tratando de hacer las*

*dos cosas juntas. Eso me lleva bastante tiempo. Y después me puse a estudiar, empecé a estudiar la carrera de medicina china, porque me interesa mucho el tema de la acupuntura.*

Es importante analizar la relación entre la edad y la concreción de deseos y/o proyectos, para algunos entrevistados la edad sí es una limitación para la realización de algunas actividades, principalmente referido a los “achaques físicos” que emergen con la edad. No es posible establecer una relación lineal entre la edad y el estado físico, en que confluyen múltiples factores vinculados con la condición socioeconómica, el acceso a la atención sanitaria, el autocuidado y la trayectoria laboral, entre otros. Las personas que cuentan con más autonomía tienen más posibilidades de llevar a cabo sus proyectos, en cambio las personas con dependencia tienen mayores dificultades. En este sentido, muchos entrevistados relatan un modo de vida más centrado en el hogar, mientras que otros lo contrario, lo cual se relaciona con el estado civil y las redes de apoyo sin olvidar los factores económicos y geográficos que implican barreras significativas.

*Ahora, es que como estoy muy metida y con pocas ganas de estar en contacto con gente, y también dejando de hacer mucha actividad, siento como una debilidad muscular, viste, por supuesto no hago gimnasia, no voy a caminar, no hago ninguna clase de sociales, salvo una amiga. Tengo un rasgo depresivo, ansioso y depresivo. La verdad que yo creo que para lo que se ve, ojo, conozco mujeres de mi edad, que son, que tienen como una, tal vez un apego a la vida o un entusiasmo vital, que la verdad es sorprendente, yo no tengo ganas de trabajar, vivo con lo justo, realmente vivo con lo justo, porque soy de las que creí que si uno trabajaba y aportaba, después recibía la jubilación que se merecía. (Alicia, 73 años, separada, hogar unipersonal).*

Es importante aclarar que los modos de vida están relacionados con las estructuras familiares, es decir con las dinámicas de intercambio de servicios, afecto y bienes entre los miembros. Principalmente se puede pensar las barreras económicas y morales relacionadas con los mandatos o roles de género, entendiendo el frágil equilibrio entre reciprocidad, afecto y obligación.

En algunos entrevistados se puede identificar la centralidad del matrimonio como principal garante de apoyo, tanto emocional como instrumental. Se expresan los cambios en los tiempos de la pareja respecto a la mayor dedicación en la actualidad: algunos con estructuras familiares más tradicionales, como puede ser matrimonios de más años, en contraposición, con otros donde contrajeron segundas nupcias y lo perciben como un punto de inflexión, resaltando que estas experiencias matrimoniales difieren significativamente de las primeras. Según Jelin las estructuras familiares no son estables ni universales, sino que se han reconfigurado según los cambios sociales y las nuevas demandas de los individuos (Jelin, 2001). El matrimonio como mandato social organizaba las relaciones amorosas, la vida familiar y los roles de género. A partir de la década del '80 con la legalización del divorcio, las estructuras familiares comenzaron a diversificarse basándose

en los valores modernos de autonomía personal, la elección libre de pareja basada en el amor romántico, la prioridad de los deseos y sentimientos. A pesar de los avances, se tardó varias décadas en dejar de asociar las separaciones a un estigma social fuerte para las mujeres. "Las segundas nupcias no solo reflejan una nueva oportunidad afectiva, sino también una reconsideración de las expectativas sobre la vida conyugal y la convivencia" (Jelin, 2005, p. 106). En este sentido, las segundas nupcias puede implicar una mirada una visión más madura y reflexiva del matrimonio.

*Nosotros hace 16 años que estamos juntos. Yo la conozco de chiquita, porque es más joven que yo y sé como era. Y hoy es mi actual pareja y la verdad que para mí ha sido una muleta que me ayudó en los momentos más difíciles. Porque me he criado con mis tres hijos, yo cuando me separé los hijos se vinieron todos conmigo, los tres. Y tuve a mi mujer que fue incondicional. Después bueno, tuvimos los otros dos juntos. Pero no, digamos que el vínculo siempre fue excelente. Siempre fue muy bueno. (Fabian, 65 años, hogar multipersonal mixto)*

*Cada vez mejor, asentado, diría yo. Las relaciones llegan a un momento en que se transforman, ¿no? ya nos conocemos mucho, viste. Cambia en las relaciones en general, viste. Me da la sensación de que es mutuo, que no es una cosa que me pasa a mí, viste. Yo a él también lo veo o sea lo veo más. De lo que era cuando éramos más jóvenes como que cada uno estaba en su torbellino: de la vida y de cosas y qué sé yo. Después, claro, ahora ya pasás a una etapa en la cual estás te relajás, estás más pendiente, o sea, tenés más tiempo para ver al otro, y para ver al otro bien y tenés ganas de tomarte el tiempo. Porque después también pasa que hay gente que no tiene ganas de tomarse el tiempo. (María, 68 años, hogar multipersonal puro).*

Si nos referimos a la distribución de las tareas del hogar, se puede analizar que difiere según el tiempo que pasan en el hogar. Entre los que no trabajan y viven en matrimonio se puede establecer que existe una tendencia a mayor participación de los varones en la tareas del hogar, aun existiendo algunas diferencias en el tipo de tareas, por ejemplo en las áreas de mantenimiento de la vivienda. En el caso de los hogares unipersonales se puede observar como las tareas recaen en la persona entrevistada, explicitando que no desean molestar ni ser una carga para su familia y/o amigos. Si analizamos según la edad, podemos indicar que entre los más jóvenes se encuentra el cuidado de los padres y la no percepción de la edad real que tiene. Por lo que podemos establecer que existe una tensión entre los estereotipos de comportamiento de este grupo etario, ya que se esfuerzan por no ser una carga para sus hijos, como tuvieron que serlo sus padres, y, por otro, la dificultad de aceptar el envejecimiento y la fragilidad que conlleva.

*En este momento estoy jubilada y me ocupo de mi mamá y nada más. No estoy trabajando en este momento. Falleció mi padre, y ahora me ocupo de atender a mi mamá casi todos los días, ella vive*



*sola, pero es independiente. Por ahí más adelante, cuando llegue a los 80, que no pueda salir, sí, hacer más cosas manuales, pero como ahora salgo, no le dedico tanto a tareas manuales ni nada (Carmen, 68 años, hogar multipersonal puro).*

Otra situaciones es la de Claudia (75 años, hogar multipersonal mixto), quien cuida a su hija con discapacidad. Gracias a las redes de apoyo, su vida se centra en el cuidado pero, aun así, logra acceder a otras actividades. La contención familiar y profesional le permite gestionar su tiempo entre sus responsabilidades y sus áreas de disfrute.

*Soy cuidadora principal de Marina, y Natalia es la segunda curadora de Marina, porque estos chicos necesitan curadores, hay que cuidarlos de por vida, no es una tarea fácil, pero con el amor y la paciencia y la tolerancia se puede todo. Es una vida dura, pero como yo tengo mucha resiliencia, esta nena me enseñó a tener resiliencia. No me gusta mucho estar sola. Necesito siempre programas, Busco siempre compañía. Yo soy muy sociable. De mis amigas, claro, por ejemplo, el sábado voy a salir con una amiga, voy al teatro. Trato de estar ocupada. Voy a dibujar, tomar clases de yoga y caminar.*

Ella explicita como los cuidados no son una tarea fácil pero resalta la necesidad de una red de apoyo. La dedicación de las mujeres a las tareas de cuidado familiar tiene consecuencias en sus vidas, como la reducción del tiempo libre y de la vida social, el estrés, la percepción de mala salud y el desgaste físico. (Findling, et al, 2015). Por lo cual, se debe analizar su vinculación con las condiciones socioeconómicas y culturales de las familias, entendiendo que una situación socioeconómica favorable puede permitir tercerizar el cuidado. Igualmente no se debe dejar de lado la responsabilidad social del Estado y otras instituciones de la sociedad. En este caso, el apoyo de la familia y la participación de la hija en un centro de día, le permite realizar distintas actividades que promueven su bienestar.

En este sentido, los hogares unipersonales y multipersonales mixtos resaltan el rol de amistades y otros miembros de la familia como fundamentales como red de apoyo. Estas relaciones sociales se constituyen a partir de actividades como el yoga, meditación, el gimnasio, el tango, los centros de jubilados, entre otros. Aquí podemos ver la importancia del sentido de pertenencia, es decir la identificación y vinculación con otros, en este sentido, se enfatiza en como el aislamiento tiende a traer soledad y angustia. Un punto importante a analizar como se dan las dinámicas de estas amistades, respecto a que existe en estos casos amistades de variedad de edad, y destacan no sentirse de la edad que tienen.

*A mí me gusta estar con gente joven porque te llena de energía. A veces del grupo de yoga va gente grande y siempre conversan de sus achaques. Yo los escucho y digo, no pueden hablar de otra*

*cosa. Me duele esto, me duele lo otro, sufro esto. No pueden hablar de otra cosa que eso. Me adapto más a la gente joven que está llena de energía. Te pone al día. (Carlos, 75 años, hogar unipersonal).*

*No, no, porque vas cambiando, los proyectos van cambiando siempre. Yo siempre digo cosas que voy a hacer cuando sea más grande, cuando sea “vieja, vieja”, actividades, pero no los tengo para ahora. Por ahí más adelante, cuando llegue a los 80, que no pueda salir, sí, hacer más cosas manuales, pero como ahora salgo, no le dedico tanto a tareas manuales ni nada. Me tienes que entrevistar dentro de 10 años. Uno no siente todavía la edad, yo por ahí me sentiría como si estuviera 50, pero no, tengo que pensarlo, tengo ya casi 68, pero uno no siente la edad que realmente tiene. (Carmen, 68 años, hogar multipersonal puro)*

Los lazos intergeneracionales son fundamentales para la cohesión social ya que promueven la solidaridad, la cooperación y el intercambio de conocimientos y experiencias entre los grupos etarios. Asimismo permite derivar muchos prejuicios sobre la vejez, causada por la segregación etaria y el aislamiento social. En algunos relatos se repite como llegar a la vejez significa un deterioro y ciertos comportamientos que no tienen, lo que demuestra la existencia de una tensión sobre los imaginarios asociados a la vejez y las experiencias reales de las personas mayores.

La vejez ha sido asociada a la pérdida de capitales, producto a los cambios relacionados con una posible finalización o no de su trayectoria laboral, de estructura familiar y social, y la emergencia de problemas de salud tanto físicos como mentales. Sin embargo, como se pudo señalar en este capítulo, existen diversos modos de vida, lo que permite derribar muchos prejuicios que asocian la vejez como una “prisión”, entendiendo las tensiones que existen entre los espacios de disfrute y los mandatos familiares. En este sentido, muchos entrevistados relatan un modo de vida más centrado en el hogar, mientras que otros lo contrario, lo cual se relaciona con el estado civil y las redes de apoyo sin olvidar los factores económicos y geográficos que implican barreras significativas. Los hogares no se encuentran aislados de la situación de desamparo que se encuentra este grupo poblacional, sino que el contexto influye en como se forman los hogares y la distribución de recursos. Por lo que el tipo de hogar de la persona mayor y las dinámicas familiares impactan en la disponibilidad del tiempo, por ende, en las actividades que realizan, las cuales están profundamente relacionadas con su bienestar.

## **Capítulo 3: “Cuando ya me empiece a quedar solo”. Goce y sufrimiento de la soledad en el proceso de envejecer**

### **Las emociones desde la sociología**

Hasta finales del siglo XX las emociones no fueron objeto de estudio de la Sociología, arraigada a la tradición de divorciar razón y emoción. Los autores de la sociología clásica incluyeron las emociones en sus modelos teóricos pero no lo abordaron como un objeto específico. La sociología de las emociones surge en la década de los 70 del siglo XX con el objetivo de estudiar la relación entre la dimensión social y la dimensión emocional de los sujetos que se puede expresar como la soledad, la envidia, el odio, el miedo, la vergüenza, tristeza y alegría entre otras. Un ejemplo es Elias (1982), quien explica las emociones como construcciones sociales, a partir del concepto de configuración, el cual nos permite analizar las relaciones de interdependencia entre los individuos y la sociedad. Según el autor, durante el proceso de civilización se da un proceso de autocontroles pulsionales, basado en la racionalidad e individualidad de las sociedades modernas. Asimismo, las relaciones sociales están mediadas por el poder, produciendo desequilibrios y en consecuencia los estados de insatisfacción o de bienestar. Elías en conjunto a otros, como Durkheim, R. Collins, Weber, establece que una determinada estructura social produce ciertas emociones en las personas

y que las emociones pueden ser manipuladas y conducidas según los intereses del sistema. De acuerdo con Durkheim, son las emociones colectivas las que proporcionan la fuerza social necesaria para establecer el vínculo entre el orden simbólico y el orden moral, los cuales son constitutivos de lo social (Shilling, 2002; Barbalet, 2001). Un punto clave es distinguir entre los autores que entienden las emociones como inherentes y preexistentes al humano, como S. Freud, Ch. Darwin y W. James y los que consideran que las emociones son constructos sociales. Aquí nos centraremos en el segundo conjunto de teorías dejando de lado las corrientes centradas en sus aspectos genéticos o anatómicos.

Uno de los pioneros en trabajar esta temática es Theodore Kemper (1978), quien incorpora dos conceptos clave de la sociología, el estatus y el poder en relación con la depresión, vergüenza, culpa y miedo. El sostiene que “la inmensa mayoría de los tipos de emociones humanas derivan de los resultados reales, anticipados, imaginados o recordados producto de la interacción relacional” (Kemper, 1978, p.32). Por otro lado, establece que para entender los tipos de emociones y sus orígenes es necesario analizar las interrelaciones sociales, ya que existe un vínculo entre subjetividad afectiva y situación social objetiva. Las emociones se producen dentro de las interacciones sociales y se ven atravesadas por la distribución de poder y estatus, por lo que se puede establecer como la relación entre la estructura social y el actor social. En este sentido, cada actor dentro de una interacción puede recibir recompensas por las coacciones que ejerce sobre el otro, entendiendo que las emociones del sujeto dependen de la percepción que tenga acerca de quién es el sujeto responsable del exceso o insuficiencia de poder y/o estatus.

Hochschild (1979) establece que las emociones están condicionadas por nuestras expectativas previas y cumplen una función de señal, indicando la relevancia ante el propio actor de una situación dada. Las emociones reflejan la perspectiva vital del actor en sus contextos, marcando de esta manera una vía de acceso diferente para el análisis de las definiciones de la situación y, por ende, para el análisis social. En este sentido, las emociones están cargadas de significados, anclados en contextos sociohistóricos específicos, con una dimensión normativa, la dimensión expresiva y la dimensión política (Hochschild, 1975). La primera se basa en que las normas sociales no sólo se aplican a la conducta y al pensamiento, sino también a las emociones, por lo que existen normas emocionales, las cuales aplican un control social que determinan que se debe sentir en diversas circunstancias. La dimensión expresiva de las emociones explicita las normas que el actor debe seguir, es decir, hasta qué grado y en qué circunstancias pueden ser expresadas. En su dimensión política, las emociones están vinculadas a sanciones sociales y a la estructura social. Por ejemplo, en el caso de la envidia, se da la circunstancia de que su contención normativa se aplica a todos por igual, mientras que las condiciones sociales de su evocación están desigualmente distribuidas.

## **El concepto de soledad**

La soledad ha sido estudiada desde muchas perspectivas, según Jong Gierveld, Keating y Fast (2015), es una experiencia subjetiva y negativa, resultado de discrepancias entre las relaciones sociales que desean las personas y las que tienen. Se debe diferenciar la experiencia de soledad del sentimiento: estar solo significa una falta material de relaciones sociales pero el sentimiento implica una percepción y evaluación de esta experiencia. Aunque, una de las consecuencias del aislamiento social puede ser el sentimiento de soledad, no siempre es así, y otras no se sienten de esta manera, por lo que depende de sus deseos y sus expectativas respecto a las relaciones sociales. En este sentido, estar solo puede significar una experiencia para fomentar la creatividad y auto-reflexión, o ser producto de una mala integración social. Estar socialmente integrado produce placer y gratificación, ya que las redes sociales son fundamentales para un sentimiento de pertenencia (Weiss, 1983). Desde una perspectiva sociológica, se puede relacionar este concepto con la noción de anomia de Durkheim, entendido como una falla en las relaciones e integración entre los sujetos. De igual manera, sentirse solo no es sinónimo de estar solo ni debe estar relacionado únicamente con la ausencia de personas, pero tampoco el hecho de estar acompañado garantiza una protección contra la soledad. Por otra parte, en su obra “El suicidio” explora como la soledad como condición significativa del siglo XX, que conlleva al suicidio. Otro ejemplo es Norbert Elias quien explica como los individuos a medida que envejecen están cada vez más aislados de la soledad, y por lo tanto del círculo de su familia y sus relaciones. El mero hecho de envejecer ocasiona en general un debilitamiento continuo de esos lazos por fuera del círculo familiar más estrecho. La admisión en un hogar de ancianos significa en general no solamente una ruptura definitiva de los antiguos lazos afectivos, sino también la convivencia con seres que no están ligados al individuo por ninguna relación positiva. En este sentido muchos hogares de ancianos son “desiertos de soledad” (Eliás, 2009).

Weiss (1973) diferencia las relaciones de apego y las de afiliación, por lo que define dos tipos de soledad: social y emocional. La soledad social produce un sentimiento de marginalidad y aislamiento por la falta de pertenencia a una red. Por su parte, la soledad emocional se refiere a la ausencia de relaciones de apego, es decir, relaciones significativas para la persona. Otras definiciones proponen nuevas divisiones y define tres tipos de soledad: la soledad objetiva, la soledad emocional y soledad social sintónica. Mientras que la primera se refiere a la presencia o la ausencia de relaciones sociales, la soledad emocional se incluye la percepción sobre la ayuda y cuidado que uno recibe de su red social y por último, la soledad sintónica deriva de la falta de sintonía con los otros. Los estudios han demostrado que la soledad se evidencia con mayor fuerza hacia final de la adolescencia y en la vejez en comparación con otros momentos del curso vital. (Luhmann y Hawkey, 2016; National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine, 2020). **Aunque la soledad se asocia a un sentimiento negativo, es interesante indagar sobre las diversas comprensiones y significados que adopta. Entender la soledad alejada de la noción de riesgo**

**social nos permite analizarla como una oportunidad para profundizar el autoconocimiento, rompiendo así con la concepción tradicional de las personas mayores como sujetos pasivos en espera irreductible de la condición “natural” de la vejez. Esto no implica adjudicar aspectos positivos sino que bajarse de la dicotomía positivo-negativo e indagar las posibilidades. Aun así hay que considerar que esta libertad de elección no deja de estar influenciada por cuestiones socioeconómicas, políticas y culturales (Arroyo Rueda y Santos Amaya, 2023).**

El concepto de estigma de Goffman permite entender el proceso de construcción de la identidad social y como la sociedad establece los medios para categorizar a las personas. En particular la vejez, se ve ligada a características negativas como la improductividad, ineficiencia, enfermedad, decrepitud o decadencia. Este despojo de la identidad total por una identidad desvirtuada socialmente se conoce con el nombre de estigma, a los cuales se les atribuye expectativas de conducta (Gómez, 2013, p. 93). La representación del cuerpo de los adultos mayores se contrastan a los valores y representaciones de una cultura corporal, valora la vitalidad y jovialidad (Arroyo R y Salas 2013). Además del deterioro físico producto de la edad, existe el temor de padecer algún daño cognitivo o neurológico y convertirse en una carga para sus familiares o para sus entornos, principalmente en las mujeres. El anciano queda por fuera del campo simbólico de la modernidad: la juventud, la seducción, la vitalidad, el trabajo. En contraste, otras personas mayores reivindican su cuerpo en esta etapa vital, aceptando y valorando los cambios que implica envejecer, desafiando los estándares de belleza y juventud impuestos por la sociedad. Se trata de reconocer y valorar experiencia, sabiduría y potencial para seguir aprendiendo y creciendo a lo largo de la vida (Butler, 1969).

Respecto a los determinantes del sentimiento de soledad, estudios han abordado la temática pero no existe un acuerdo sobre si hay una prevalencia mayor en los varones o las mujeres (Liu y Rook, 2013), ni sobre su incremento se relaciona con la edad (Victor y Yang, 2012); pero sí existe consenso sobre la relación entre la viudedad y vivir en solitario como factores de riesgo para su aparición (de Jong Gierveld, Keating y Fast 2015; Dahlberg y McKee 2014; Savikko et al. 2005; Dykstra y De Jong Gierveld 2004).

En nuestro país, estudios realizados en el año 2015 por el Observatorio de la Deuda Social Argentina (ODSA) evidenció que en la población mayor existe un aumento de sentimiento de soledad en relación al incremento de su edad cronológica, el género y el nivel educativo. En particular, las mujeres de mayor edad y con un menor nivel educativo muestran una mayor tendencia a experimentarlo. Otro factor clave es que las personas de estrato socioeconómico más elevado perciben en menor medida el sentimiento de soledad que los que se encuentran con mayores desventajas en ese aspecto (Amadasi, 2015). Siguiendo esta línea, los datos del Observatorio de

Deuda Social Argentina (2012-2017) exponen que el déficit en el sentimiento de felicidad atraviesa al 10,5% de las personas mayores de Mar del Plata, mientras que el sentimiento de “sentirse solo” se declara como experimentado por el 19,8% de las personas mayores, es decir una persona de cada cinco. Frente a la situación de soledad, el apoyo social se concibe como “el conjunto de relaciones interpersonales que implican afecto y ayuda emocional (sentirse querido, intimidad, confianza, disponibilidad), instrumental (ayudas domésticas, cuidados) e informacional (búsqueda de información, consejo), así como afirmación personal a partir de esta relación” (Leturia et. al, 2001, p. 138).

### **Entre el goce y el sufrimiento: significados acerca del sentimiento de soledad**

En los relatos de las personas se distinguen las dos asociaciones de soledad: “estar solo” y sentirse solo”. El sentimiento de soledad puede coincidir con encontrarse materialmente sin compañía o no, lo cual problematiza y refleja la variedad de significados que le otorgan las personas a esta experiencia. Aun así la principal diferencia se da según el género de los entrevistados ya que mayormente en los entrevistados hombres asocian no estar en compañía con un sentimiento de soledad negativo, y enfatizan en el rol clave de sus parejas para el acompañamiento de la vida cotidiana.

En cambio en las mujeres se dan otros significados asociados a la soledad según el tipo de hogar en el que vivan:

*Estar tranquila, estar en paz. Que nadie te marque cosas o te diga, hacés esto, vení o salí. Para mí estar solo es decidir lo que quiero hacer. (Cristina, 73 años, hogar unipersonal).*

*No me gusta mucho estar sola. Necesito siempre programas para hacer. No, no quiero estar sola porque me deprima, me hace mal. Yo soy muy sociable con mis amigas, claro, por ejemplo, el sábado voy a salir con una amiga, voy al teatro (Claudia, 75, hogar multipersonal mixto).*

Esta diferencia es percibida por una entrevistada la cual asocia la prevalencia del sentimiento de soledad en los varones producto de no saber qué hacer con su tiempo y que la mujer se adapta mejor a esta situación. Un ejemplo es el de Fabián, quien vive en un hogar multigeneracional mixto, y afirma que la soledad sería terrible y asocia que estos momentos si se mantendrían en el tiempo se encontraron enfermos, ya que traen sobrepensar su trayectoria de vida. Esto se puede observar en los relatos de los varones:

*Yo puedo estar solo porque tengo ganas de estar solo un rato y eso es placentero, me gusta estar solo, hacer mis cosas. Ahora, la soledad es otra cosa distinta que no la he vivido, por suerte. (Hernan, 71 años, hogar multipersonal puro).*

*Mi señora se va a la casa de una amiga, y digo, ay, qué lindo, me voy a quedar solo. A la media hora, si no veo televisión, no sé qué hacer solo en mi casa, ¿viste? O sea, me voy a caminar. Porque la soledad, medio que me asusta. (Julián, 75 años, hogar multipersonal puro)*

Carlos, que vive solo, describe que esta experiencia es pesada y que “la mochila a veces es pesada pero no se puede cambiar nada”. El hombre que vive solo tiene un consuelo en la rutina diaria. Igualmente, eso no debe ser asociado únicamente al género sino a otros factores como el tipo de hogar o la situación conyugal, ya que se puede observar relatos donde no asocian estar sola con este sentimiento. A su vez, encontramos que personas que viven en hogares multipersonales pero aún desean pasar tiempo en soledad. Un ejemplo se puede evidenciar en Hernán quien vive con su mujer pero sus hijos y nietos pasan gran parte del día en su hogar y comenta:

*El tema de las ganas de estar solo y por ahí no poder hacerlo por esta dinámica que tengo en el momento, a veces me fastidia. También muchas veces digo, ¿Cuántos viejos hay que están diciendo que nadie los visita, que se quejan de esto? Y yo tengo todo lo contrario.*

Las experiencias de las mujeres difieren según su tipo de hogar y estado conyugal. Las personas que viven en hogares multipersonales puros hacen mención de la presencia de sus parejas pero destacan y priorizan sus momentos de soledad desde el disfrute.

*No me molesta estar sola, pero creo que si no quisiera estar sola tengo muchas formas de no estar sola. Tengo amistades de mucho tiempo, muy profundas. Así que no, con las que he compartido mucho. No la verdad, me tomo mis espacios. No tengo rutinas, no me saturó nunca la verdad. (Maria, 68 años)*

Por su parte, las mujeres que viven en hogares unipersonales se dividen entre quienes desean vivir de esta manera y quienes su trayectoria de vida se fue dando de esta forma, como resultado de soltería o de la viudez. Cristina asocia esta experiencia como tranquila en la cual ella puede decidir que actividades realizar aunque destaca como la viudez fue un punto de inflexión en su vida y su largo proceso de adaptación a esta nueva realidad. Un punto clave son las múltiples actividades que realiza que han constituido una red de apoyo fundamental en su vida, aunque aun así reflexiona que le gustaría estar acompañada en relación a una pareja. En contraposición, Alicia separada de 73 años ante la pregunta por significados que asocia a la soledad, responde:



*¡Ah! Un alivio. Me gusta estar sola. Me levanto a la hora que se me da la gana. Me acuesto a la hora que se me da la gana y hago lo que se me da la gana. No sabés qué placer. Yo lo que siento ahora, es que como estoy muy metida y con pocas ganas de estar en contacto con gente, y también dejando de hacer mucha actividad.*

Se debe tener en cuenta que en algunos casos la soledad sea buscada al ser menos dañina que mantener relaciones sociales conflictivas (Yanguas et al., 2018). En este sentido, podemos ejemplificar con Tamara y Alicia, quienes tienen dinámicas familiares más complejas y que no forman parte de su red de apoyo principal. Por un lado Alicia tiene una relación conflictiva con sus hijos y se puede percibir que la soledad se hace presente pero no parece incomodar, sino que es una oportunidad de decidir cuándo y con quien pasar su tiempo. Sin embargo, esta forma de vida puede causar un aislamiento con impacto negativo en su bienestar. Por otro lado se encuentra Tamara, quien describe que muchas veces se siente incómoda y triste en su hogar, por lo que busca diversas actividades y otras relaciones personales como apoyo. Por lo que es importante analizar la cantidad o la forma de interacciones sociales, su calidad y significados.

Las concepciones y significados sobre la vejez se ven reflejadas en cómo perciben su bienestar: algunos entrevistados describen como un proceso natural, al cual hay que adaptarse y tratar de pasar de la mejor manera:

*Hace 30 años no me hubiera imaginado que hubiera llegado a esta edad. Yo tuve una vida muy intensa, entonces, no, nunca me planteé llegar a viejo. De hecho, no me lo planteo ahora tampoco. O sea, no me siento viejo tampoco. Me pueden quedar 15 años, 15 años más, digamos, de vida, digamos, objetivamente vivibles. Ya después, las limitaciones físicas e intelectuales no me van a permitir disfrutar mucho de la vida. (Martín, 65 años)*

El cuerpo se hace visible en los relatos, aunque en muchos casos se relaciona con las pérdidas que conlleva llegar una edad, en otros se explicita las ganancias, por lo que entra en tensiones los imaginarios sobre esta etapa de la vida.

*La vejez tiene que ver con cómo uno asume el paso de los años, cómo lo asimila, cómo lo metaboliza para que no sea un problema, sino sea una parte de la vida que hay que asumirla tal cual es. No hay que dejar entrar al viejo. En la medida que evites que el viejo entre, no hay límites (José, 71 años).*

*Envejecer es quedarme en una sillita ahí y no me pueda mover. Eso para mí es un envejecimiento. O que la cabeza no te dé, o te la memoria, o no sé, que no te funcione. Eso es envejecer. Después lo demás, lo podés hacer todo. No sé. Yo tengo hasta gente de mi edad, mucho más joven, que se*

*creo que yo tengo todavía 10 años menos. Que todavía cuando bailo, como digamos, los chicos te tiran onda. Y yo no quiero saber nada, pero todavía tengo esa parte. Que no la quiero. No la necesito. (Cristina, 73 años).*

*Asumir limitaciones La edad asociada con otras cosas, por ejemplo, la edad asociada con la falta de salud o la edad asociada con la falta de recursos económicos. La edad en sí misma, no, yo no siento que me prive de nada por la edad. Sí que como que el entorno me pone límites. Me cuesta bastante aceptar los límites (Alicia, 73 años).*

La soledad toma diversos significados para los entrevistados: encontrarse materialmente y/o sentirse que pueden ser conceptos que están interrelacionados pero que no significan lo mismo. Se puede establecer una relación con la viudedad y con residir en un hogar unipersonal, entendiendo la centralidad que tiene la pareja en la vida y las dificultades que implica perder a un ser querido en esta etapa de la vida. Sin embargo, para algunas personas encontrarse materialmente sólo implica bienestar, esto puede diferenciarse según el género: los hombres poseen más dificultades para sobrellevar el sentimiento de soledad, mientras que las mujeres encuentran más herramientas. Otro punto, son los significados que asocian a la vejez que muestran las tensiones de los imaginarios de inactividad, improductividad y dependencia, y lo que experimentan las personas. Estas tensiones reflejan cómo la vejez es una etapa del ciclo vital construida socialmente y por lo tanto no existe una única manera de concebir y vivir la vejez.

## Conclusiones

A lo largo de esta tesis se explora el proceso de envejecer y el sentimiento de soledad. Comúnmente se categoriza la vejez desde la improductividad, ineficiencia, enfermedad, decrepitud o decadencia, definidos como estigmas y a los cuales se les atribuye expectativas de conducta. Los datos obtenidos corroboran la hipótesis inicial, concluyendo que no existe una única manera de concebir ni de vivir la vejez, sino que existen múltiples modos de envejecer marcados por la interseccionalidad. En consecuencia los sentimientos de soledad reflejan la diversidad de posibilidades y experiencias propias de este proceso, entendiendo que el tipo de hogar donde vive la persona mayor no implica la presencia de sentimientos de soledad, así como estar en presencia de otros no siempre garantiza bienestar. Por lo que es importante añadir otras variables al estudio, como el sexo, la edad, la situación socioeconómica, la salud, los modos de vida, y las redes de apoyo, las cuales constituyen factores clave para comprender la heterogeneidad de experiencias acerca del sentimiento de soledad en la vejez.

En el primer capítulo, se destaca cómo la diversidad de trayectorias de vida influyen en la manera en que las personas experimentan la vejez, evidenciando el impacto del contexto socio económico, las decisiones y las circunstancias personales. Algunos puntos de inflexión de las trayectorias de vida de los entrevistados son consecuencia de las crisis económicas y políticas, migraciones internas, las transformaciones sociales y de género, las viudez o separación conyugal. Algunos de las cuales nos permiten diversificar el trayecto de vida respecto a los modelos hegemónicos sobre los roles sociales y actividades que se deben seguir. En este sentido, la última dictadura cívico-militar, las crisis económicas, entre otras, han producido interrupciones de las trayectorias de vida de los entrevistados trayendo consecuencias en el acceso al mundo laboral, cambios de trabajo, entre otros. Asimismo, las personas que accedieron a empleos con mejores condiciones laborales tienden a tener haberes jubilatorios mejores, afectando positivamente su calidad de vida y bienestar. Otros condicionantes relevantes son el género, la salud y la edad. Específicamente, las mujeres, se enfrentan a dificultades relacionadas con la brecha salarial y el mandato de cuidado, lo que impacta negativamente en sus trayectorias laborales y, por ende, en sus haberes jubilatorios. Asimismo, los problemas de salud influyen en la manera en que las personas experimentan la vejez, afectando tanto su capacidad de generar ingresos como su bienestar.

En el segundo capítulo se abordan los modos de vida de las personas mayores y las tensiones entre los espacios de disfrute de la individualidad y los mandatos familiares, a partir de incorporar la noción de productividad que no tiene que referirse únicamente a una actividad económica, sino que se relaciona con el uso del tiempo en función del contexto social, económico y cultural, así como de la trayectoria vital de cada individuo. En este sentido, los relatos de los entrevistados se pueden asociar a dos perspectivas: por un lado, desde el temor a la jubilación como pérdida de identidad y propósito; por otro, la jubilación vista como una liberación, partiendo de las tensiones entre la ética del trabajo y el disfrute individual. Para los varones, la jubilación suele adquirir significados negativos relacionados no saber qué hacer con tiempo libre, en cambio, para las mujeres, cuyo rol como cuidadoras y soporte emocional sigue vigente, la jubilación les permite diversificar sus actividades. Otro aspecto relevante son las distintas estructuras familiares y domésticas, que generan tensiones entre las demandas familiares y el deseo de individualidad, algunas personas encuentran en el matrimonio un pilar fundamental, otros se apoyan en amistades o familiares, a través de actividades como yoga, meditación, gimnasio, tango o centros de jubilados. Por último, la ubicación geográfica y las barreras económicas son un factor clave en el acceso a redes de apoyo y en la forma en que las personas mayores estructuran su vida cotidiana. Mientras que algunos optan por un estilo de vida más centrado en el hogar, otros tienden a buscar activamente salir de él, motivados por tensiones familiares o por no sentirse cómodos dentro de su hogar.

El capítulo tres analiza los significados de la soledad y la vejez en las personas mayores, a partir de un recorrido bibliográfico sobre el estudio de esta temática desde la sociología. Se debe diferenciar la experiencia de soledad del sentimiento: estar solo significa una falta material de relaciones sociales pero el sentimiento implica una percepción y evaluación de esta experiencia. En los relatos de las personas se distinguen estos conceptos, lo cual problematiza y refleja la variedad de significados que le otorgan las personas a esta experiencia, según el género, el estado civil y la estructura del hogar. Mientras que en los hombres la soledad se asocia con la incomodidad, algunas mujeres encuentran en la soledad una oportunidad para el disfrute personal, especialmente en aquellas que viven en hogares unipersonales. Se debe tener en cuenta que en algunos casos la soledad es buscada al ser menos dañina que mantener relaciones sociales conflictivas. En estos casos se manifiesta la importancia de las redes de apoyo, ya sean amistades, pareja o familiares, entendiendo la necesidad de analizar tanto la cantidad o la forma de interacciones sociales, su calidad y significados. Las concepciones y significados sobre la vejez se ven reflejadas en las formas en que los sujetos perciben su bienestar: algunos entrevistados describen un proceso natural, al cual hay que adaptarse y tratar de pasar de la mejor manera. El cuerpo se hace visible en los relatos, aunque en muchos casos se relaciona con la pérdida que conlleva llegar una edad, en otros se explicita las ganancias, por lo que entra en tensiones los imaginarios sobre esta etapa de la vida.

Por último, esta investigación busca contribuir al estudio de las vejeces, una temática relegada en la sociedad. A través de este trabajo, se pretende fomentar una reflexión sobre la importancia de visibilizar las necesidades, experiencias, derechos y capacidades de las personas mayores. Las personas mayores representan uno de los sectores más golpeados por la política económica y sociopolítica del gobierno actual, lo que hace aún más relevante analizar el sentimiento de soledad en términos sociales y su impacto en la calidad de vida de este grupo.

## Bibliografía

Atchley, C. (1971). *Retirement and leisure participation: continuity or crisis?*. The Gerontologist. 11, 13-17.

Arroyo Rueda, M.C y De los Santos Amaya, P.V (2023). *¿Más vale solo/a? Motivaciones, significados y afrontamiento de la soledad elegida en la vejez*. Revista perspectivas sociales / social perspectives / enero - junio 2023 / january - june 2023/ vol. 25, núm 1 [ ] 43.

Barbalet, J. M. (2001). *Emotion, Social Theory, and Social Structure: A Macrosociological Approach*. Cambridge: Cambridge University Press.

Bass, Scott A., Caro, Francis G. y Chen, Yung-Ping (1993). *Achieving a productive aging society*. Westport: Auburn House.

Bengston, V., Burgess , E. y Parrot, T. (1997). *Theory, explanation, and a third generation of theoretical development in social gerontology*. Journal of Gerontology: Social Sciences, 52B(2).

Berger, P., y Luckmann, T. (1967). *La construcción social de la realidad*. Buenos Aires: Amorrortu.

Blanco, M. (2011). *El enfoque del curso de vida: orígenes y desarrollo*. Revista Latinoamericana de Población, vol. 5, núm. 8, enero-junio. Asociación Latinoamericana de Población. Buenos Aires: Organismo Internacional.

Bonomo Tartabini F.A (2014). *La conquista y el reconocimiento de los derechos del trabajador. De la Constitución Nacional de 1949 a la LCT*. Revista Derecho del Trabajo. Año III, N° 9. Ediciones Infojus, p. 27.

Bourdieu, P. (1988). *La distinción. Criterio y bases sociales del gusto*. Editorial Taurus, Madrid, 1988 [1ª edición en francés, La Distinction, Les Éditions de Minuit, 1979], Traducción de Mª del Carmen Ruiz de Elvira.

Bourdieu, P. (1999). *Razones prácticas: sobre la teoría de la acción*. Barcelona: Anagrama.

- Bourdieu, P. (2007) *Él sentido práctico - la ed.* - Buenos Aires : Siglo XXI Editores Argentina.
- Cacopardo, F. (Editor), Bartolucci, M.; Bruno, P.; Castro, M.; Cicalese, G.; Lado, S.; Mantobani, J.M.; Mariano, C.; Núñez, A.; Pastoriza, E.; Sáez, J.; Sisti, J.; Verón, A.L. y Zuppa, G. (2001). *¿Qué hacer con la extensión? Mar del Plata, Ciudad y Territorio. Siglos XIX-XX.* Alianza Editorial. Buenos Aires, Argentina.
- Campo, M.V, Herrmann, B.S., Di Virgilio, E., Angelillo, M.R. (2021). *La soledad no deseada. Una aproximación cuantitativa sobre el sentimiento de soledad en las personas mayores de 65 años residentes en CABA, 2020.* Argumentos. Revista de crítica social, 23, 205-239.
- Castellucci, Daniela I. (2020). *Pastoriza E, y Torre J.T. (2019). Mar del Plata: un sueño de los argentinos.* Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Edhasa. Claves. Revista de Historia, 6(11), 401-404.
- Castel, R. (2010). *El ascenso de las incertidumbres. Trabajo, protecciones, estatuto del individuo.* Buenos Aires: FCE.
- Cumming, E., & Henry, W. (1961). *Growing old: the process of disengagement.* New York: Basic Books. doi 10.1093/ sw/7.3.122
- Cogley, R. (2001). *Mar del Plata ¿Polo geronte a principios del siglo XXI?.* Observatorio Geográfico de América Latina.
- Comas-d'argemir, D. (2017). *El don y la reciprocidad tienen género: las bases morales de los cuidados.* Quaderns-e de l'Institut Català d'Antropologia, 22(2), Barcelona: ICA, pp. 17-32 [ISSN 169-8298].
- Crompton, R. (199). *Restructuring gender relations and employment: the decline of the Male Breadwinner.*Oxford: Oxford University Press.
- Cutuli, R. D. (2022). *Del trabajo a la casa...: mujeres y precarización laboral en la industria pesquera marplatense 1990-2010.* 1a ed. Mar del Plata: EUDEM, Libro digital, PDF.
- Dahlberg, L. et al. (2015). *Predictors of loneliness among older women and men in Sweden: a national longitudinal study.* Aging and Mental Health 19(5).
- Dykstra, P. A. y J. de Jong Gierveld (2004). *Gender and marital history differences in emotional and social loneliness among Dutch older adults.* Canadian Journal on Aging 23(2): 141-155.

De Miguel Calvo, E. (2011). *"Emociones y desigualdades sociales. El caso del miedo"*, en: S. Gallego Trijueque y E. Díaz Cano (coords.) IX Premio de Ensayo Breve "Fermín Caballero". Toledo: ACMS, pp. 49-75.

Denzin, N. K., y Lincoln, Y. S. (2005). *The Sage Handbook of Qualitative Research*. Londres, Inglaterra: Sage.

Durkheim, E. (2005). *Las reglas del método sociológico*. Madrid: Biblioteca Nueva.

Glen, E., Kirkpatrick, M. y Crosnoe, R. (2006). *The emergence and development of life course theory*. En Jeylan T. Mortimer y Michael J. Shanahan (eds.), *Handbook of the Life Course*. Nueva York: Springer.

Elías, Norbert (1982). *Sociología Fundamental*. Gedisa, S.A. Barcelona.

Elías, N. (2009). *La soledad de los moribundos*. México: Fondo de Cultura Económico.

Elizasu, C. (1999). *La animación con personas mayores*. Madrid: CCS.

Esping-Andersen, G. (1993). *Los tres mundos del Estado del Bienestar*. Valencia: Alfons el Magnanim.

Esquivel, V., Faur, E., Jelin, E. (2012). *Hacia la conceptualización del cuidado: familia, mercado y Estado*. En Esquivel, V., Faur, E. y Jelin E. (editoras) *Las lógicas del cuidado infantil. Entre las familias, el Estado y el mercado*. Buenos Aires: IDES, UNFPA, UNICEF.

Fernández-Ballesteros, R. (1997). *Calidad de vida en la vejez: condiciones diferenciales*. Anuario de Psicología (73), 89-104.

Findling, L , Lehner M. P, Venturiello M.P y Cirino, E. (2015). *Cuidar a otros: comparando recursos morales y afectivos de las familias y de los cuidadores*. XI Jornadas de Sociología. Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Gómez, A. (2013). *Una mirada de desolación. El estigma y el abandono en la vejez*. Calidad de Vida y Salud, 6(2), 90-99.

Gómez Álvarez (2019). *Interdisciplinariedad en gerontología. La calidad de vida como criterio integrador de la interdisciplina*. Medicina y Ética - Octubre-Diciembre 2019 - Vol. 30 - Núm. 4

Goffman, E. (2003). *Estigma. La identidad deteriorada*. Buenos Aires: Amorrortu.



- Goffman, E.(2006). *Frame Analysis: los marcos de la experiencia*. Madrid: Centro de Investigaciones Sociológicas.
- Gubrium, J. y Holstein, J. (1999). *Constructing the life course*. Dix hills. New York: General Hall
- Guzmán, M. y Huenchuan, S. (2005). *Políticas hacia las familias con adultos mayores: el desafío del derecho al cuidado en la edad avanzada*, en CELADE/CEPAL/ Reunión de expertos, Políticas hacia las familias, protección e inclusión sociales.
- Havighurst, R. & Albrech, R. (1953). *Older people*. Longmans. Green. New York.
- Hernández, A. (2016). *Envejecimiento y longevidad: fatalidad y devenir. Teorías, datos y vivencias*. Bogotá: Universidad Externado de Colombia. Centro de Investigaciones sobre Dinámica Social.
- Hochschild, A.R (1975). The Sociology of Feeling and Emotion: Selected Possibilities. En M. Millman, R.M. Kanter (ed.), *Another Voice. Feminist perspectives on social Life and Social Science*. Nueva York: Anchor Books, cap. 10, p. 280-307.
- Iacub, R. (2015). *Todo lo que usted siempre quiso saber sobre su jubilación y nunca se animó a preguntar*. Buenos Aires: Paidós.
- Iacub, R. (2024). *Narrar el envejecimiento desde la identidad*. 1a ed. São Paulo: Portal do Envelhecimento Comunicação.
- Jahoda, M. (1982). *Employment and Unemployment: A Social-psychological analysis*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Jelin, E. (2001). *Familia y sociedad en la Argentina contemporánea*. Editorial Sudamericana.
- Jelin, E. (2005). *Las familias latinoamericanas en el marco de las transformaciones globales: Hacia una nueva agenda de políticas públicas*. Reunión de Expertos Políticas hacia las Familias, Protección e Inclusión Sociales, Santiago, CEPAL, 28-29 de junio.
- Jelin, E. (2012). *Las lógicas del cuidado infantil. Entre las familias, el Estado y el mercado*. 1a ed. Buenos Aires: IDES.
- Jelin, E. (2001). *Familia y sociedad en la Argentina contemporánea*. Editorial Sudamericana.
- Jong Gierveld, J.; N. Keating y J. E. Fast (2015). Determinants of loneliness among older adults in Canada. *Canadian Journal on Aging*, 34(2), 125-136

Guzmán, J.M; Huenchuan, S. y Montes de Oca, V. (2003). *Redes de apoyo social de las personas mayores: marco conceptual*. Comisión Económica para América Latina y el Caribe. Centro Latinoamericano y Caribeño de Demografía (CELADE) – División de Población. NOTAS DE POBLACIÓN AÑO XXIX, Nº 77, SANTIAGO DE CHILE

Rodríguez de la Fuente, J. y Sánchez, Y. P (2012). *Jubilación, tiempo y vida cotidiana. La distribución del tiempo en la vejez desde las representaciones de personas en edad pre jubilatoria*. Contribuciones a las Ciencias Sociales, 1-20.

Kemper, T D. (1978). *Social Interactional Theory of Emotions*. A Wiley-Interscience publication. Edición ilustrada; Editor, Wiley, 1978.

Kuypers, J. & Bengtson, V. L. (1973). *Social breakdown and competence: A model of normal aging*. Human Development, 16(3), 181-201.

Lindón, A. (2002). *La construcción social del territorio y los modos de vida en la periferia metropolitana*. Territorios, núm. 7, enero. Universidad del Rosario, Bogotá, Colombia.

Liu, B. y K. Rook. (2013) *Emotional and social loneliness in later life: associations with positive versus negative social exchanges*. Journal of Social and Personal Relationships 30(6): 813-832.

Luhmann, M., y Hawkey, L. C. (2016). *Age differences in loneliness from late adolescence to oldest old age*. Developmental Psychology, 52(6), 943–959.

López Doblas, J. y M. P. Díaz Conde (2018). *El sentimiento de soledad en la vejez*. Revista Internacional de Sociología 76(1).

Lynch (2017). *Curso de la vida y género: entre lo individual y las expectativas sociales. El Caso de Argentina*. (Tesis de Doctorado). Universidad de Salamanca.

Mannheim, K. (1990). *Le problème des générations*. Nathan, París (ed. orig., 1927).

Maxwell, J. A. (1996). *Qualitative research design: an interactive approach*. SagePublications, 1996 Traducción de María Luisa Graffigna. 1. *Un modelo para el diseño de investigación cualitativo*.

Martins, P. H. (2009). *Redes sociales: un nuevo paradigma en el horizonte sociológico*. Cinta de Moebio, 35, 88-109.

Martins, P. H. y Bivar Campos, R. (2006). *Polifonia do Dom*. En Martins, P. H. y R. Bivar Campos, R. (Org.), *Polifonia do Dom* (pp. 235-254). Recife: Editora Universitária da UFPE.

Moody, H. (1992). *Gerontology and Critical Theory*. *The Gerontologist* 32:294-295. doi 10.1093/geront/32.3.294

Moragas, R.(1991). *Gerontología Social. Envejecimiento y calidad de vida*. Editorial Herder, Barcelona.

Montgomery, M., Kurtines, W., Ferrer-Wreder, L , Steven L., Carolyn Cass Lorente, Briones, E. , Silverman, W., Ritchie, R. y Eichas, k. (2008). *A Developmental Intervention Science (dis) Outreach Research Approach to Promoting Youth Development: Theoretical, Methodological, and Meta-Theoretical Challenges*. Journal of Adolescent Research. Thousand Oaks (California): Sage Publications.

Navarro Marco, F. (2016). *La nueva ola de reformas previsionales y la igualdad de género en América Latina*. Serie Asuntos de Género, CEPAL-Naciones Unidas-Cooperación Española.

Oddone, M.J. (1991). *Los ancianos en la sociedad: Dimensiones de la vejez en la sociedad argentina*. Buenos Aires: Centro Editor de América Latina. Pp. 45-60.

Oddone, M.J. (2002). *Trabajo, jubilación y tiempo libre (una ecuación a resolver en la vejez)*. En *Revista Psico Logos*, año XI N°12, San Miguel de Tucumán.

Oddone, M.J (2006). *La diversidad en el envejecimiento. Una cuestión de género*. Foro Internacional sobre el nexa entre Ciencias Sociales y Políticas. Córdoba: UNESCO, Universidad Nacional de Córdoba.

Oddone, M.J. (2018). *Condiciones de vida de las personas mayores. Capítulo en el libro La Argentina en el Siglo XXI. Como somos, vivimos y convivimos en una sociedad desigual* (Coord. Juan Ignacio Piovani y Agustín Salvia). Siglo XXI Editores. Ciudad de Buenos Aires. Pp. 593-623.

Oddone, M.J. (2019). *Arreglos residenciales, vivienda y estrategias de supervivencia de las personas mayores en Argentina*. XIII Jornadas de Sociología. Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

PNUD (2000). *Informe sobre Desarrollo Humano*. Madrid.Mundi-Prensa Libros, s.a

Ricoeur, P. (2006). *Tiempo y narración. Volumen III. El tiempo narrado*. Buenos Aires: Siglo XXI Editores.

Robledo, C. A., y Orejuela, J. J. (2020). *Teorías de la sociología del envejecimiento y la vejez*. Revista Guillermo de Ockham, 18(1), 95-102.

Roqué (2014). *Los cuidados progresivos, los derechos humanos y el rol del Estado en la Argentina. Autonomía y dignidad en la vejez: Teoría y práctica en políticas de derechos de las personas mayores* (pp. 183-191). Ciudad de México, México: CEPAL.

Salvia, A. (coord.), y Cicciari, M. R. (2017). *Informe sobre las condiciones de vida de las personas mayores de Mar del Plata. Observatorio de la Deuda Social Argentina. Barómetro de la Deuda Social Argentina, Informes Temáticos*. Universidad Católica Argentina.

Savikko, N. et al. (2005). *Predictors and subjective causes of loneliness in an aged population*. Archives of Gerontology and Geriatrics 41(3): 223-233. Shilling, C. (2002). *The Two Traditions in the Sociology of Emotions*. Sociological Review Monograph, 50(1):10-32.

Murillo. S. (1996). *El mito de la vida privada*. Siglo XXI, Madrid.

Minoldo, S. (2022). *El paradigma del trabajo en el derecho a la previsión social y la urgencia de discutirlo desde una perspectiva de género en Empleo y Previsión Social: problemáticas en Argentina y en el mundo / Sergio Carpenter... [et al.]; compilación de Eduardo Chávez Molina; Sergio Carpenter*. 1a ed. Ciudad Autónoma de Buenos Aires: CLACSO, 2022.

Torrado, S. (2007). *Hogares y familias en América Latina*. Revista Latinoamericana de Población, vol. 1, núm. 1, pp. 1-9. Asociación Latinoamericana de Población. Buenos Aires: Organismo Internacional.

Vasilachis de Gialdino, I. (2006). *La investigación cualitativa*. En Vasilachis de Gialdino, Irene. *Estrategias de investigación cualitativa*. Buenos Aires: Gidesa.

Victor, C. y Yang. K (2012) *The prevalence of loneliness among adults: a case study of the United Kingdom*. The Journal of Psychology 146(1-2): 85-104.

Wainerman, C. H., y R. N. Geldstein (1994). *Viviendo en familia: ayer y hoy*. En: C. H. Wainerman (comp.), *Vivir en familia*. Buenos Aires: UNICEF – Losada, pp. 183-230.

Weiss, R.S. (1983). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. Cambridge, MA: MIT Press.

Yanguas, J. Pinazo, S. y Tarazona, J. (2018). "The complexity of loneliness", Acta Biomed 2018, 89, 2.